PRAKTYCZNA PANI Nr. 2

DOBRA OBYWATELKA
TYGODNIK ILUSTROWANY

30 GROSZY
rok II
11 STYCZNIA 36

UKIENKA DLA CZTEROLETNIEJ DZIEWCZYNKI.

Copyright by Yro.



NUMER TEN ZAWIERA 24 STRON TEKSTU Z RYCINAMI I KOLOROWEMI MODELAMI SUKIEN ORAZ OSOBNY ARKUSZ Z TABLICĄ KROJÓW I WZORAMI ROBÓT

TREŚĆ:

Prenumerata miesięczna 1 złoty



Foto Atlantic

Papież Pius XI, liczący obecnie osiemdziesiąt lat życia w swoim gabinecie przy biurku.



Press photo-service

Prezydent Czechosłowacji Massaryk, który niedawno zrezygnował ze swego stanowiska z powodu podeszłego wieku, bawi się w ogrodzie swojej willi z wnukami



Zima na wsi

Fot. H. Sitek



Wybuch wulkanu na Muana Loa — Foto Atlantic



Piękny widok zimowy — Fot H. Sitek

RADJO

Przez niklych drutów zwój
Wdal plynie ton.
W dal, w świat,
Wyrywa się z za krat
Melodji szloch i znój.
Z za życia krat
melodji kwiat
ulata w głąb,
za nieba zrąb
I lka i dyszy,
W wieczornej ciszy:
Hallo!

Daleki świat i niewidzialny.
Mikrofon lowi tony chciwie,
Smutnie, beztrosko i szczęśliwie,
Ton smutny, plochy lub banalny.

Przedziwny ton,
Smutny jak zgon.
Beztroski jak
Na wiosnę ptak.
Nad miastem szarość wisi mglawa.
Hallo! Warszawa!

Godzina piąta, zwiesil glowę
Za oknem kwiat deszczem placzący.
Świat w cichym żalu konający.
Hallo. Plyty Gramofonowe.

A potem znów
gdy siódma bije
speakerki monotonny glos
Za oknem księżyc w srebrze ros
Pluska się, myje
Marzyciel — nów.

I plyną tony niby kwiaty
Utwory Griega czy Mozarta.
Wtem znowu przerwa, cóż u czarta?
Hallo... Ko—mu—ni—ka—ty.

Nadają wiadomości P. A. T.-a:
W Chinach zdrożala znów herbata,
Tloczyński slynny mistrz tennisa
Przegrał w rozgrywkach o „Davisa"
I tyle slów ulata w dal,
na skrzydlach eterowych fal.

I znowu, prawie o pólnocy,
Gdy gwiazd już oko nie dostrzega,
Tam senny glosik się rozlega:
„Życzymy państwu dobrej nocy"

I nagle tony znów uderzą
Tam gdzieś za mglą
Choć się wokolo smutki szerzą:
„Fokstrot! Hallo!!"

T. Zettel

W ZWIERCIADLE MODY

Właściwie te piękne i lekkie szmatki, które nosimy pod spodem, nie powinny nosić nazwy bielizny. Przecież są kolorowe. A tylko czasem, czasem białe. Białe o tyle, o ile tego wymaga właśnie zwierzchne ubranie.

A więc nosi się białą bieliznę, tylko pod suknie ślubne, pod białe bluzki i białe letnie suknie. I to „niepokalaną" ich biel przerywają ozdoby w postaci drobnego kolorowego haftu. Jakieś bukieciki wianuszki, pojedyńcze kwiatuszki, rzucane w różne strony, bardzo fantazyjnie. Haftuje się je nietylko u góry przodu, ale rzuca się również od niechcenia w dole na rozszerzonych bokach. Takie haftowane kombinacje, wykończa się górą i dołem w haftowane ząbki ale już koniecznie białe, żeby nie mącić harmonijnego wyglądu całości.

Zupełnie biała bielizna obowiązuje pod strój ślubny albo pod suknie bardzo przezroczyste, w których coś kolorowego „przebijającego" od spodu wygląda niedyskretnie i niedbale.

Zresztą w tym wypadku kombinację, ten ulubiony nasz bieliźniany strój, noszony zamiast koszuli, zastępuje spód. Powinien być dostatecznie długi pod suknie przezroczyste, ale nie tak długi, żeby przy siedzeniu lub ruchu spod sukni wyzierał. Spody robi się z mongolu, crêpe de chine'u lub trykotu jedwabnego. Nie ozdabia się ich niczem, wykańczając u góry jedynie obrębkiem Ramiączka wykonuje się z tego samego materjału.

Odcień spodu odgrywa dużą rolę. Często od dobrze dobranego tonu zależy wygląd całej sukni mniej lub bardziej efektowny. Niektóre materjały wymagaja bledszego spodu, inne wprost przeciwnie bardziej nasyconego. Grę kolorów należy wypróbować przy dobieraniu materjału. Czasem dwa odrębne kolory spodów dają zupełnie różny efekt w całości toalety.

Bardzo ładne i efektowne są obecnie spody z jedwabnego trykotu, przybrane dyskretnie maleńkiemi kwiatkami w kolorze odrębnym. Np. niebieskie na różowym. Wogóle zestawienie tych dwóch kolorów cieszy się w bieliźniarstwie dużem powodzeniem i ma zastosowanie w każdym rodzaju bielizny dziennej i nocnej.
Z modnych zestawień należy wymienić granatowe hafty lub aplikacje na niebieskiem tle.

Ale zawsze modnym i najmodniejszym a przedewszystkiem ulubionym „bieliźnianym" kolorem, jest różowy we wszelkich odcieniach. Mijają lata, a on stale cieszy się tą samą popularnością i zajmuje dominujące miejsce. Łączy się go z koronkami palonemi, różowemi i czarnemi. Z niebieskim. Wreszcie ozdabia aplikacjami w tym samym kolorze „ton sur ton". I z każdego zestawienia wychodzi najbardziej zwycięsko. A przytem harmonizuje doskonale z odcieniem skóry.

I dlatego też kolor ten powtarza się i w bieliźnie trykotowej wełnianej, w najtańszych majteczkach i prześlicznych garniturkach „ostatniego krzyku", tkanych z wełny na ażur. Nic to nie ujmuje im ciepła a za to zabierają bardzo mało miejsca pod najcieńszą i najgrubszą nawet suknią.

Takie wełniane kompleciki z czystej wełny lub domieszką bawełny są nieocenione w okresie zimowym. Są przytem bardzo higjeniczne i łatwe do prania.

W modnem bieliźniarstwie kompleciki, składające się z majteczek i kombinacji cieszą się zasłużonem powodzeniem. Wprawdzie może majteczki jedwabne nie są tak praktyczne, jak trykociki ale bezwzględnie o wiele wykwintniejsze. Muszą być tylko zupełnie ściśle wykonane z tego samego materjału i tak samo przybrane.

Oprócz uprzywilejowanej bielizny różowej nosi się niebieską, lila, blado-zieloną, żółtą i czarną. Tę ostatnią wykonuje się czasem z szerokich koronek, łączy się różowym lub z kremowemi koronkami.

W dziedzinie nocnych koszul panuje dużo fantazji. Obok zupełnie skromnych koszul kolorowych, długich z półdługiemi rękawami, leżą prześliczne strojne „cuda", które bardziej kwalifikują się do nazwy negliży nocnych, aniżeli koszul. Są wydekoltowane mocno, z powiewnych materjałów i zaopatrzone w maleńkie kaftaniczki... jak sortie.

Ale oczywiście obok tych wytwornych cacek znajduje się też skromna kolorowa bielizna z nansuku i opalu tak samo nowocześnie ozdabiana.

Marjeta

Foto Atlantic



Suknia wieczorowa z crépe mat, rękawy z błyszczącej lamy

Punktualne wpłacanie prenumeraty gwarantuje punktualne doręczanie pisma

ON I JEGO KOBIETY

Kazik przeciska się między balustradą a nogami publiczności. Przeprasza tych dwóch panów, z których jeden ma ciasno skrojoną czarną marynarkę, a drugi niemodny, wysoki nosi kołnierzyk. Potem jeszcze tę tęgą panią, która musi wstać, aby go przepuścić i tych dwóch panów z tak zwanej inteligencji, którzy lubią muzykę! No! Wydostał się i schodzi na dół.

Renia z ironją uśmiecha się, rozglądając po widowni teatralnej.

Z czwartego piętra wychylają się ku niej zwarte szeregi głów. — Trzecie piętro po przeciwnej stronie sali błyszczy od świateł i czerwienieje od pluszy.

Na drugiem niektóre rzędy świecą pustką.

Na pierwszem dwie loże są tylko zajęte.

W jednej siedzi... Któż to siedzi? Ależ to ta Burkowa! W bronzowej jedwabnej sukni!

Takiej to dobrze!

Rozsiadła się w fotelu, okryła ramiona peleryną!

Co to może być za futro? Tumaki czy niebieskie lisy?

Renia przykłada lornetkę do oczu.

Ma ją, tę Burkową, tuż obok. Jakże ta kobieta ma piękne jeszcze włosy. Połyskliwe, rozdzielone na środku i opadające karbami ondulacji poza uszy. Rysy ma łagodnie zaokrąglone i duże wpłowiałe oczy. Bardzo ładnie dziś wygląda.

Ktoś jeszcze wchodzi do loży. Jakaś siwa zgrabna pani ze złotym łańcuchem na szyi i on! — pan Stanisław Burka, który przed dziesięciu minutami jako Walenty umarł na scenie, a teraz ożył w eleganckiej loży pierwszego piętra.

Jakże pięknie ma skrojony garnitur! A jaki krawat! Jak wysoko nosi głowę! Siada koło żony. Uśmiecha się do niej. Nachyla się nad nią. Gra zakochanego, bo ci państwo z sąsiedniej loży przyglądają mu się. I ci z krzeseł lornetują go...

Komedjant! Kabotyn!

Ale... ale zarazem sławny człowiek! Zamożny człowiek! Zupełnie inny człowiek od tych wszystkich ludzi, którzy ją otaczają na galerji trzeciego piętra. Zupełnie inny człowiek od tych wszystkich, którzy będą ją otaczać... przez całe życie.

— „Komu się tak przyglądasz?" — Kazio wrócił.

— „Patrzę na mojego profesora, śpiewu i na jego żonę"...

Renia niechętnie odkłada lornetkę od oczu, opuszczając ją na kolana, osłonięte granatową wełną taniej codziennej sukni.

— „Straciłaś humor? Co ci jest?"

— „Ależ nic mi nie jest... Nudzisz"...

— Zjedz czekolady.. Nie smakuje ci czekolada?"

— „Ależ owszem, Kaziku... Bardzo dobra"...

Renia szeleści srebrnym papierem opakowania. Obok niej ta w swetrze chrupie cukierki.

— „Kaziu, wiesz co? Odbierz lepiej palto z garderoby, bo potem będzie tłok przy wyjściu".

— „Masz rację, Reniusiu"...

— „Nie zapomnij tylko o kapeluszu i o botach".

— „Już idę".

Pajac! Pantofel! Chorągiewka na dachu! Gdzie go popchnąć — tam pójdzie!...

Renia złości się na Kazika, który znów przeciska się ku wyjściu, niecierpliwiąc publiczność.

W loży państwa Burków rozmawia się. O czem się rozmawia? Zapewne o śpiewie Siebla, o arji z klejnotami tej debiutantki, o Fauście, który jest niedysponowany i o innych sprawach, związanych z teatrem.

Renia z zazdrością patrzy na panią Burkową. Oczywiście, że nie chodzi jej o tego grubego, starego jej męża. Ale chodzi jej o pozycję w świecie. Z jakąż chęcią wydarłaby tej kobiecie szczęście i zrzuciła ją z tego fotela, zajmowanego w loży pierwszego piętra!

Gdyby one obie żyły ze sobą w wiekach przedhistorycznych, może dopadłaby do niej z pazurami, rwąc garściami włosy z jej głowy! Gdyby żyła w średniowieczu, możeby posłała jej zatruty sztylet w prezencie.

Obecnie..: We współczesnym świecie pozostaje Reni jedyny rodzaj walki — podstęp.

Pani w bronzowej sukni uśmiecha się do męża. Promienieje. Kocha go i jest szczęśliwa! Ach, zająć jej miejsce! Włożyć na siebie taką drogą suknię i takie puszyste futro i nie myśleć nareszcie o tych dziesięciu złotych, które „muszą wystarczyć do pierwszego!"

Kazik przeciska się z dwoma paltami, dwoma kapeluszami, laską i botami. Światła gasną. Ktoś syka na niego głośno!

Scena w więzieniu.

Renia udaje, że patrzy, udaje, że słucha, a myśli zupełnie o czem innem.

Myśli o swojem dzieciństwie i przeszłości.

Wychowała się podczas wojny. Uczono ją więc dorywczo. Raz na wsi, to znów w mieście! Jedną klasę urwano jej w połowie. Drugą douczono ja prywatnie. Do trzeciej kazano jej chodzić w Mińsku. Do czwartej w Kijowie. Do piątej w Warszawie. Na szóstą wogóle nie było pieniędzy!

Ciotki ją trzymały na łasce. A to wujenka, a to stryj, a to ktoś inny. — tak. Jak to sierotę.

Była im wszystkim ciężarem! Kulą u nogi!

Mając piętnaście lat, zaczęła zarabiać. Haftowała poduszki, piekła wafle i robiła jakieś „podolskie cukierki". Ale nie umiała robić dobrze, fachowo i prędko!

Zawsze się ktoś taki znalazł, co haftował od niej lepiej i od niej piekł smaczniej!

Więc maszyna. — Stukała na tej maszynie i jako manekin, prezentowała płaszcze na rewjach mody.

Ale i z tem było źle! Na maszynie inne stukały dwa razy prędzej od niej. A na rewjach inne manekiny prezentowały się lepiej!

To samo z tym śpiewem!

Renia wie, że z tego jej „śpiewania" nic nie będzie, tak jak nie było z cukierków, poduszek, maszyny i prezentowania balowych toalet.

Renia wzdycha.

Kazio nachyla się nad nią współczująco.

Ach, rzeczywiście, ta scena Małgorzaty w więzieniu jest wzruszająca!

Wzruszająca...

6

„WILJA.

Nieboszczyk Mucharski był wesołym, jowialnym, wąsatym doktorem. Doktorem chorób dziecięcych. Mali pacjenci uwielbiali go. I on przepadał za dziećmi! Przedłużał wizyty, aby pobawić się z niemi, wypytać je o naukę i kolorować z niemi obrazki.

Z pierwszego małżeństwa miał syna. Chłopca, który po matce (zmarłej na suchoty) odziedziczył wątłe płuca.

Z drugiego małżeństwa z Burczanką nie było już dzieci. Doktór więc trząsł się do kwadratu nad swoim jedynakiem. Chłopiec pół roku na wsi, a pół roku w Zakopanem, dostawał zastrzyki, odżywki, werendował i pomimo, że przypuszczalnie nie posiadał głosu, uczył się śpiewu w celu wyrobienia i wzmocnienia płuc. Kuracja okazała się skuteczna.

Osiemnastoletni Maciek zachwycał wszystkich wzrostem, szerokością ramion, zdrowiem cery i sprężystością ruchów i jasnością spojrzenia.

Pozatem uczący go śpiewu wuj, pan Stanisław Burka, odkrył w nim niezwykle piękny materjał głosowy. Rozwijane forsownie płuca, stały się jak miechy kowalskie w sklepionej, wypukłej klatce piersiowej, w którą walić można było pięścią, jak w dobrze napięty bęben.

Diafragma...

Pani doktorowa Mucharska nic o diafragmie nie chciała słyszeć. Przyglądała się swojemu pasierbowi z zazdrością. Odbierał jej miłość męża iześrodkowywał w sobie każdą jego myśl, wzamian obdarzając ojca uwielbieniem, graniczącem z bałwochwalstwem. Dla niej pozostawały strzępy ich uczuć, ich myśli, ich przywiązań, ich zainteresowań.

Niemiła, gderliwa, nerwowa kobieta rozglądała się przez całe życie nadaremnie za kimś, ktoby chciał ją całem sercem pokochać. Ale nie umiała wzbudzić w swym mężu serdecznych dla siebie uwielbień.

I nie umiała przywiązać do siebie Maćka.

I nie dała się lubić wogóle nikomu.

Miała niemiły wyraz twarzy. Zaciśnięte, wąskie usta. Ziemistą cerę ruchliwej muskulatury policzków i nieduże, krytycznie na świat patrzące oczy.

Po śmierci męża czekała, że Maciek zwróci się do niej z serdeczną myślą. Ale spotkał ją zawód. Chłopiec zaciął się w bólu, odpychając od siebie ludzi, wyciągnięte ramiona i pocieszająco-głupie słowa.

Bezpłatne kursy gotowania na gazie, Kredytowa 3 pouczą Cię jak tanim, a nowoczesnym sposobem przyrządzić smaczny i zdrowy obiad.

Wysłała go więc do Włoch na całe pięć lat nauki śpiewu, punktualnie mu przysyłając miesięczne renty i listy z zapytaniem o zdrowie i postępy w nauce. Wiadomości nadchodziły nadzwyczaj pomyślnie. Żmudna i uciążliwa praca „stawiania głosu", dobiegła końca. Zapowiedziany debiut w „Marcie" Flotowa udał się wspaniale. A potem tourné artystyczne po Europie dawało wspaniałe, nadspodziewane wyniki. Przysłane wycinki z włoskich gazet zasłały biurko doktorowej Mucharskiej i zawiezione przez nią były na Powązki, na grób męża. Na grób tak pięknie wymyty i obmieciony do ostatniego pyłka, do najmniejszego listka.

Wąsata, jowialna twarz uśmiecha się z porcelanowej fotografji do spełnionego przez nią obowiązku.

Co więcej?

Pustka.

Można ją będzie zapełnić jutro w dniu wigilijnym, surogatem domowego szczęścia.

Chwilowo zażegnano burzę rozwodową, wiszącą nad rodziną Burków. Można więc będzie ich wszystkich poprosić na wilję do siebie, wraz z Maćkiem, którego warszawska opera zaangażowała na gościnne występy.

Będzie można utworzyć sobie jutro złudę jakiegoś domu. Jakiegoś uczuciowego ciepła dalekiego od tego przykrego współżycia z sublokatorami, którzy ją uważają za skąpą, gderliwą kobietę, nie mającą dzieci i odkładającą pieniądze niewiadomo dla kogo.

Renty od kapitału! Kupony od akcji! Emerytury pobierane z trzech jednocześnie instytucyj urobiły jej opinję Harpagona w spódnicy.

Panna Zawadzka, ta co to odnajmuje dawny gabinet doktora, stara nauczycielka, która mieszka w dawnej poczekalni i porucznik, który zajmuje pokój asystenta — nie znoszą jej! I jej skąpstwa.

Nazywają ją tą „antypatyczną babą"!

Wszystko ich w niej drażni.

I to jej bieganie nerwowe, po całem mieszkaniu. I te jej ręce żylaste pracowicie obracające w palcach a to druty, a to igłę, a to maszynkę do robienia papierosów!

Podsłuchała ich kiedyś, jak ją obgadywali.

Nie znosili wszyscy trojo „tej plotkarki", której wulkaniczny temperament wysuszył ciało, do szalonych obrotów wzmógł poruszenia języka i... napewno przyczynił się do krótkowieczności nieboszczyka męża!

J. Surymowa-Wyczółkowska

Andrzej Przemysław Guzowski

»WEZWANIE«

Nowela.

Z przewróconego kieliszka zwolna sączyło się wino na białą serwetę stolika restauracyjnego, powiększając nieustannie ciemną wilgotną plamę. Szpakowata głowa kapitana Wiktora Ordęgi, wsparta na dłoniach, coraz bardziej się pochylała, z pomiędzy palców spłynęły dwie duże łzy, bolesne łzy dorosłego mężczyzny.

— Dlaczego tak się stało, Anetko, — szepnął — bylibyśmy tacy szczęśliwi...

Ścisnął rękami skronie. Przez głowę przelatywały mu dziwne myśli, od wspomnień kłębiło się pod czaszką...

Pamięta, był młodym porucznikiem lotnictwa, któremu wróżono sławną przyszłość, za którym szalały kobiety, któremu zazdrościli koledzy.



I wtedy spotkał tę, która zniszczyła jego ambicje, zniechęciła do życia i jego powabów, choć w pierwszej chwili zdawało się chłopakowi, że samo szczęście uchwycił w dłonie i nic już teraz nie może zachwiać wiary w jego własne siły.

Anetka, ta cudna, o kocich ruchach kobieta, od pierwszego spotkania opanowała każdą myśl i każde drgnienie serca młodziutkiego porucznika...

Narzeczeństwo, — złoty sen o szczęściu, promieniujący uśmiechami młodości, przetykany rubinami pocałunków dwojga zakochanych.

Wiktor z dnia na dzień bardziej kochał swoją Anetkę, widział, że ma wzajemność, odczuwał pokrewieństwo dusz...

Nie wrócą te cudne, złociste od promieni słonecznych ranki i ona na balkonie, powiewająca chusteczką mężowi, gdy szedł na lotnisko. Zginęły bezpowrotnie codzienne powitania, gdy zmęczony wracał wieczorem do domu, by w zaciszu, przy boku ubóstwianej żony odpocząć od hałasu silnika samolotu...

— Anetko, mała, najdroższa Anetko, czemuś to wtedy zrobiła! Czemuś odeszła tak nagle?

To było po powrocie z gigantycznego przelotu nad Afryką Centralną. Wiktor pamięta to doskonale, o, wyrył się w jego umyśle każdy najdrobniejszy szczegół, jakby to wczoraj było...
loty aby zbyć.

Pocichu, uciekł z witającej go owacyjnie stolicy do swego miasta. Przyjechał w nocy. Pamięta doskonale, że na schodach do swego mieszkania potknął się o słomiankę i omal nie przewrócił.

— Zły omen, — pomyślał, lecz natychmiast przyszła refleksja, że przecież za chwilę znajdzie się w ramionach Anetki, więc nic złego stać mu się nie może.

Cicho otworzył drzwi i na palcach wszedł do sypialnego pokoju, chciał żonie zrobić niespodziankę; ach, ta posadzka koło pieca, zawsze musi zaskrzypieć...

I nagle światło na nocnym stoliku zapaliło się, a Wiktor usłyszał męskim głosem wypowiedziane zapytanie:

— Kto tam?

— Jezus, Marja! Jego najlepszy przyjaciel Janusz. I Anetka!..

Pamięta chaotyczną, ostrą wymianę zdań, widzi dziś jeszcze wyraźnie, jak Janusz z jego, Wiktora, ubóstwianą żoną wychodzą gwałtownie z domu, odprowadzani oszalałym z bólu wzrokiem triumfatora niezmierzonych przestrzeni powietrza, zwyciężonego przez małą, słabą kobietę, w małym pokoju...

Nazajutrz — wymiana strzałów w podmiejskiem lasku a później długie tygodnie w szpitalu w walce ze śmiercią.

W międzyczasie Janusz postarał się o przydział do innego garnizonu i wyjechał z Anetką.

Po wyjściu ze szpitala porucznik Ordęga załamał się. Przestał marzyć o sławie, o pieniądzach. Latał tyle tylko, ile wymaga się od przeciętnego pilota i to odbywał loty aby zbyć.

Dwukrotnie był już bliski śmierci. Została mu po tem szeroka szrama, ciągnąca się od prawej brwi, aż do szczytu głowy. Zmienił się, zamknął w sobie i w oczach ginął. Przeniesiono go na instruktora do szkoły pilotów. Nowa praca porwała go trochę i wlała iskrę życia w zabitego duchowo oficera.

Minęło osiem lat. Ordęga został kapitanem, posiwiał, przygarbił się, postarzał poważnie.

I nagle kilka dni temu, w piątek! Depesza. Krótka, lakoniczna depesza, a ile treści, ile skrytych pragnień, spełnienia snów tajemnych zawierała dla kapitana Ordęgi:

„Przyjedź do M., zabierz mnie — Anetka".

Wiosna rozszalała się w piersiach Wiktora. Anetka, jego Anetka wzywa go, chce znów być jego, chce wrócić do porzuconego męża!

Muszę jechać, natychmiast, bo może jej źle jest, może dla niej każda godzina znaczy wiele!

Staje bezzwłocznie do raportu o urlop. Pułkownik zdziwiony patrzy na Ordęgę, jedynego oficera, który od ośmiu lat zrzekał się stale swego urlopu. Patrzy i nie poznaje go. Tak ożywionym nie widziano go już dawno.



— Dobrze kapitanie, urlop daję panu, ale nie radzę lecieć do M. Komunikaty meteorologiczne zapowiadają skłonność do burz.

Nic nie zdoła jednak odwieść Wiktora od zamierzonego planu. W pół godziny później startuje na myśliwskiej maszynie do przelotu na dystansie 400 kilometrów.

Radośnie dzwoni silnik pilotowi, wesoło śpiewają linki i stójki, nawet posępne,

naładowane elektrycznością cumulusy zdają się przyjaźnie uśmiechać do lotnika.

Burza jednak zbliża się ze złowrogim pomrukiem; pierwsze potężne podmuchy wiatru uderzyły w płatowiec i maszyna poślizgnęła się wdół po skrzydle. Zajęczał żałośnie silnik, ciągnący samolot stromo do góry: przez okno w chmurach uciekł pilot z obrębu burzy.

Pilnuje kursu na busoli, reguluje pracę silnika i leci. Serce bije mu młotem. Zbliże się ta chwila, tak dawno wyczekiwana że już zwątpił Wiktor w możliwość sprawdzenia się tych marzeń. A jednak, jednak wezwała go.

— Ach jaki ten samolot powolny, jak się czas dłuży... No, już cel podróży powinien być pode mną. Robi się już mroczno.

— Ordęga pchnął knypel przed siebie i zagłębił się w zwały chmur. Lepka mazia okryła twarz pilota, wiry i zmienne prądy w strato-cumulusach rzucały płatowcem na wszystkie strony.

Wreszcie wydostał się i ujrzał miasto, lecz nie pod sobą, a nad sobą i to bardzo blisko.



Półbeczką odwrócił maszynę z pleców i w potokach ulewnego deszczu ląduje na słabo oświetlonem lotnisku. Nikt nie spodziewał się przylotu jakiejś maszyny. Start zwinięty, tylko litera „T" się pali.

Lecz nie, ktoś go czekał, bo oto po śliskiej murawie lotniska biegnie szybko jakaś postać kobieca w stronę lądującej maszyny.

Trudno poznać, lecz Wiktor wie napewno, że to Anetka; i nagle widzi, że ona podbiegła zablisko, że nie ma już czasu, aby poderwać, lub zawrócić samolot.

— Anetko na miłość Boską!

— Ordęga dał lotki i rzucił maszynę na skrzydło, by choć w ten sposób uratować najdroższą sobie istotę.

Głuchy, donośny stuk, uderzającej w w ziemię maszyny, suchy trzask pękających żeberek i dźwigarów, brzęk tłuczonych szkieł manometrów...

Wiktor jedynym susem wyskoczył z rozbitego samolotu.

O Boże! Nawet mi tego nie oszczędziłeś! Przypadł do skrwawionego ciała, zgniecionego przez podwozie samolotu...

— Anetko! Anetko!

* * *

Kapitan Wiktor Ordęga opuścił o świcie salę restauracyjną w mieście M. Wolnym krokiem udał się na dworzec kolejowy.

Szkoły uzupełniające w Anglji

Wyrazu „Szkoły uzupełniające" używa się w Anglji w dwóch różnych znaczeniach. W znaczeniu ciaśniejszem wyraz ten oznacza szkoły wieczorne, gdzie w dalszym ciągu prowadzi się elementarną naukę udzielaną w szkole dziennej, bądź dla użytku młodych absolwentów szkoły powszechnej, bądź dla dorosłych pragnących odświeżyć swoją znajomość czytania, pisania i rachunków.

W znaczeniu szerszem wyraz ten obejmuje szkoły przemysłowe, sztuki stosowanej i wszystkie inne formy dostarczania dalszej nauki ludziom poświęcającym większą część swego czasu jakiemuś zarobkowemu zajęciu.

W czasach przed zaprowadzeniem przymusu szkolnego liczne prywatne czynniki filantropijne starały się stworzyć urządzenia, dzięki którym masy prostego ludu mogłyby uzyskać choć minimum owej wiedzy, od której brak szkół je odgradzał.

Instytucjami takiemi są szkoły niedzielne, szkoły dla dorosłych, kluby i związki rzemieślników i robotników, różne spółdzielcze stowarzyszenia oświatowe, uniwersytety ludowe i t. p.

W chwili zaś gdy państwo w drugiej połowie zeszłego stulecia wystąpiło w szkolnictwie jako przedsiębiorca, problemat przyjął nową postać: dopełnienie a nie wykształcenie elementarne było zadaniem, przed którem stanęli nauczyciele.

W szlachetnym entuzjazmie dla szkół wieczorowych, jaki zapanował po zaprowadzeniu przymusu szkolnego, założyciele spodziewali się, że uczniowie różnego wieku, po ciężkiej całodziennej pracy, będą gorliwie i tłumnie garnęli się do nauki. Niestety ta nadzieja okazała się płonną. Program bowiem tych szkół nie był życiowy. Stopniowo jednakże pierwotny plan nauki, złożony z czytania, pisania i rchunków urozmaicony został ćwiczeniami muzycznemi, śpiewem, odczytami z przezroczami, rzeźbieniem w drzewie, modelowaniem w glinie, nauką sztuki kucharskiej i t. p. Nieco później dodano przedmioty handlowe i techniczne wraz z robotami praktycznemi i w ten sposób problemat częściowo rozwiązano.

Aby zachęcić młodzież do uczęszczania do szkół uzupełniających, władze szkolne przyznawały niektórym uczniom bez płatny dostęp do tych szkół. W niektórych wypadkach zaś przyznawano bezpłatność nauki pod warunkiem, że rodzice albo pracodawca ucznia zaręczał za zwrot opłaty szkolnej na wypadek, gdyby uczeń nie uczęszczał regularnie do szkoły wieczornej.

Aby zaś osiągnąć ciągłość nauki przez kilka lat z rzędu, niektóre władze szkolne rozdawały corocznie nagrody, które pociągały za sobą obniżenie opłaty na rok następny.

Aby otrzymać taką nagrodę, uczeń musiał być obecny podczas 90% wszystkich wieczorów szkolnych, otrzymić 60% dobrych stopni i zdać pomyślnie egzamin roczny.

Aby mieć pełniejszy obraz szkolnictwa uzupełniającego w Anglji, trzeba wspomnie jeszcze o kursach dyskusyjnych, zorzorganizowanych przez Robotnicze Towarzystwa Szkolne. Na tych kursach uczą doświadczeni docenci uniwersyteccy; a słuchaczami są nie mniej dzielni rzemieślnicy i robotnicy. Do jednej klasy przyjmuje się najwyżej 30 soób co ułatwia nawiązanie osobistych stosunków między prelegentem a słuchaczami.

Zazwyczaj jadna lekcja trwa dwie godziny. W pierwszej prelegent wygłasza wykład, w drugiej odbywa się powszechna dyskusja. Co tydzień zaś lub co dwa tygodnie wymaga się od słuchacza opracowania piśmiennego, a kiedy słuchacz ukończył 3-letni kurs jednego z wykładanych przedmiotów, jest on napewno w posiadaniu wiedzy o wysokim poziomie.

Powojenna ustawa szkolna z roku 1921 wprowadziła przymus dokształcania w wymiarze 321 godzin rocznie) na rodziców i chlebodawców młodzieży pracującej już zawodowo. W razie zaś nieutrzymania się ustawy, nakłada się wysokie kary.

E.

Sprawozdanie Biura Medycznego w Lourdeso o cudownych uzdrowieniach

Z ogłoszonego świeżo sprawozdania Biura Sprawdzań Medycznych w Lourdes przekonać się można, że działalność tej instytucji w roku 1935 jeszcze bardziej wzrosła w porównaniu z latami ubiegłemi. W okresie od kwietnia do października r. b. odwiedziło Lourdes ogółem 790 lekarzy, z czego 484 lekarzy francuskich i 306 z innych krajów świata. Wszyscy oni żywo interesowali się pracami Biura Medycznego i 444 zapisało się na stałych jego członków, tak że obecnie Biuro to liczy w swych szeregach 2217 lekarzy z 21 różnych krajów.

Sprawozdanie wymienia 89 wypadków uzdrowień, których nie można wytłumaczyć bez uwzględnienia interwencji sił nadprzyrodzonych. Wypadki te, ponownie sprawdzone, miały miejsce w latach 1933 i 1934. Wśród nich na szczególną uwagę zasługują: nagłe uzdrowienie w dniu 23. IV. 1933 r. Lidji Le Hericy z ciężkich cierpień reumatycznych, Odety Faugere w dniu 6. VIII. 1933 z całkowitego zapalenia błony brzusznej, Giorgetty Beurton w dniu 27. VIII. 1933 z poważnego zapalenia jelit, Roberta Giaud w dniu 24. VII. 1934 r., z wrzodu wewnętrznego, Magdaleny Guiaud w dniu 3. VII. 1934, której oba płuca zajęte były przez gruźlicę, Magdaleny Doid, uleczonej w dniu 21. VIII. 1934 r. z paraliżu, głuchoty i rakowatego owrzodzenia piersi oraz Liny Parijl ze złośliwego wrzodu żołądka.

Nadto to samo sprawozdanie notuje cały szereg nagłych uzdrowień, które nastąpiły w roku bieżącym, których jednak trwałość musi być jeszcze w ciągu najbliższych lat ponownie stwierdzona. Do uleczeń tych należą: uzdrowienie 18 sierpnia r. b. Łucji Feneaut z Beaumesnil ze złośliwego owrzodzenia żołądka, 19 sierpnia Marji Cante z Charros z ogólnego porażenia organizmu gruźlicą, 5 września René Chatel z Fécamp z paraliżu i wielu innych.

BUDŻET A OSZCZĘDNOŚĆ

Mówimy o oszczędności tak dużo i tak często, że właściwy sens oszczędzania wymyka nam się wśród banalnego i jałowego teoretyzowania niemal całkowicie. A nie jest to wcale sprawa ani łatwa, ani prosta. Naogół rozumujemy do pewnego jednak tylko stopnia słusznie, że kto ma szczupłe dochody, musi się ograniczyć w wydatkach i do tak pojętego oszczędzania, większość się rzeczywiście z musu albo dobrowolnie stosuje.

Pomijając narazie inne sprawy, jak kwestję oszczędzania dla zapewnienia sobie renty na starość, kwestję oszczędności jako czynnika społecznego i t. p., nawet i najprostsza, codzienna, drobna oszczędność musi podlegać rewizji, musi być stosowana planowo i celowo.

Wyrzekamy się naogół najłatwiej i najprędzej nierzadko tego, czego moglibyśmy się, a nawet powinni nie wyrzekać. Przestajemy chodzić do teatru, abonować czasopisma i t. p. zamiast spróbować zaprowadzić w gospodarstwie takie reformy, które nam pozwolą na zaspokojenie chociaż w minimalnych granicach naszych potrzeb kulturalnych.

Nie jestem zbytnią optymistką i wiem, że niezawsze się to uda, że bywają budżety tak ciasne, że się w nich nic już nie da zmienić i gospodynie tak skrzętne, że w ich dziedzinie nie można już nic poprawić. Nie zmienia to wcale faktu, że w wielu gospodarstwach pewne, nieznaczne nawet reformy mogą doprowadzić budżet do równowagi bez wyrzekania się rzeczy zasadniczych.

Ale nawet gdzie budżet jest już tak krytyczny, że wystarcza zaledwie na t. zw. „życie", da się niekiedy coś poprawić i chociaż nie osiągniemy sum na książki, możemy najpilniejsze nasze potrzeby zaspokoić lepiej i celowiej.

Jak w każdej pracy, tak i w gospodarstwie domowem konieczna jest umiejętność i pewien zasób wiadomości, popartych przytem starannością.

Czego może dokonać ta staranność i umiejętność, można zobaczyć choćby z następującego, drobnego przykładu.

Znałam ubogą kobietę, która ze skórek od wędlin i skrawków pieczywa, które otrzymywała stale w pewnym dostatnim domu, umiała przygotować nietylko pożywne i smaczne ale do pewnego stopnia urozmaicone potrawy. Zabierała nietylko tłuszczyki od szynki i t. p. ale nawet skórki od kiełbas i serdelków, z których wygotowywała smak. Z tych biednych resztek robiła albo dobrą, gorącą zupę, w której apetycznie pływały pokrajane drobniutko kawałeczki mięsa i tłuszczu, albo coś w rodzaju galarety z tego samego materjału na zimno, albo pewną odmianę budyniu.

Gdyby rzuciła swoim dzieciom poprostu zeschły chleb i skrawki, zjadłyby je oczywiście, ale miałyby mniejszy pożytek niż np. z ciepłej zupy i gorzkie wspomnienie otrzymywanych ochłapów. Smaczne potrawy matczyne napewno nie utkwią w ich pamięci jako bolesne wrażenie.

Gospodarstwo domowe wymaga jednak nietylko pracy ale także uwagi i czujności. Oszczędna gospodyni musi wiedzieć np. o tem, że siła światła z lamp zarówno elektrycznych jak wszelkich innych *nie zależy tylko od siły żarówki czy brenera, ale, że światło to należy umiejętnie* chwytać i zbierać przy pomocy reflektorów. Oszczędność w tym kierunku nie może iść po linji ograniczenie szkodliwego dla wzroku, ale po linji wyzyskania całkowitej wartości światła. Wówczas przy słabej żarówce możemy mieć światło wystarczające.

To samo mamy z opałem. Mało palić i marznąć to nie jest właściwie pojęta oszczędność, ale palić tak, aby całe ciepło wyzyskać i z niewielkiej stosunkowo ilości opału otrzymać maksymum ogrzania, oto cel starannego użytkowania węgla, drzewa czy też torfu.

Nie mogę w niniejszym artykule zatrzymywać się zbyt długo nad pojedyńczemi dziedzinami, mam dziś bowiem na celu zwrócenie uwagi pań domu tylko na ogólną konieczność umiejętnego wyzyskiwania w gospodarstwie każdej, najdrobniejszej rzeczy.

Na naszym skromnym budżecie lepiej nie dokonywać bez koniecznej potrzeby zabiegów chirurgicznych, radykalnych obcinań tego czy owego, ale raczej trzeba próbować jak krawiec, który ma szczupło materjału, tak formą obracać i obmyślać wykrój, aby jednakże starczyło.

Podwaliną celowej oszczędności będą zawsze skrupulatnie prowadzone rachunki. Zasłanianie się tem, że nie wydamy więcej niż mamy, nie jest słuszne, jeśli bowiem unikniemy nawet długów i zaległości, to jednak nie będziemy miały dokładnego obrazu stanu rzeczy, który umożliwia owo przymierzanie i dociąganie materjału.

Dopiero w książce rachunkowej widzimy czarno na białem, czego się można a czego potrzeba wyrzec, co się da skrócić a co rozszerzyć, co można zastąpić i na czem można oszczędzić. Tutaj dopiero ujrzymy zrozumiale czemu jeden tydzień był droższy, drugi tańszy i jakie dania kalkulują się najlepiej.

Każdy zakład przemysłowy musi mieć swoją biurowość, musi ją mieć i gospodarstwo domowe. Raz zaprowadzona nietylko nam się opłaci, ale stanie nam się miła. Dobrej gospodyni przyjemne jest zdanie sobie dokładnie sprawy ze stanu swego gospodarstwa, a orjentowanie się napamięć może być do gruntu mylne.

Nie każda gospodyni lubi pokazywać swoje rachunki innym paniom, jest to poniekąd zrozumiałe, z drugiej jednak strony porównywanie rachunków i jadłospisów, zużytkowania węgla i t. p. mogłoby mieć duże znaczenie. Łatwiej uchwycić wówczas możliwe uchybienia i poczynić reformy, kiedy znamy rezultaty osiągane przez inne gospodynie w podobnem jak nasze położeniu.

Sądzę, że gdyby panie gospodynie zechciały nam nadsyłać wyciągi ze swoich rachunków domowych, plan zajęć i sposób układania budżetu, byłby to dla pań czytelniczek ciekawy i pouczający materjał.

Nadsyłane podobnie jak listy do „Naszej skrzynki" to jest z nazwiskiem wiadomem jedynie redakcji, przeglądane byłyby z zainteresowaniem i niewątpliwą korzyścią. Niejedna pani mogłaby się z nich dużo nauczyć, niejedna zaś służyć innym nauką. Należałoby jednak podać przytem okolicę, względnie miasto, gdzie dana korespondentka mieszka, oraz niektóre chociaż ceny, aby się czytające mogły lepiej zorjentować w rezultatach osiągniętych przez piszącą. Sądzę również, że nadsyłanie budżetów „chorych", wymagających uleczenia miałoby również znaczenie.

Czy propozycje niniejsze znajdą wśród czytelniczek naszych oddźwięk czy nie znajdą, do spraw biurowości domowej i do kwestji oszczędności wypadnie jeszcze powrócić.

As.

PROSZĘ O GŁOS

Na list Pani Steli

Nie zabierałam głosu w sprawie poruszanej przez Panią, gdyż uważam ją za bardzo ważne zagadnienie społeczne, nad którem łamią głowy poważne umysły, my zaś w Praktycznej Pani omawiamy tylko sprawy nas obchodzące lecz nie nadajemy kierunku w wydawaniu ustaw. Bo sprawa ta musi przejść przez sale sejmu i senatu, jest to nietylko zadanie na czas obecnego kryzysu, ale sięga ono dalej w przyszłość.

Czy kobieta po wyjściu zamąż może lub powinna pracować, to nie da się ująć w jakieś określone ramy. Naturalnie, że gdyby wszyscy mężowie mieli posady i to posady pewne, stałe, byli odpowiednio wynagradzani, to wiele kobiet po wyjściu zamąż i ewent. urodzeniu dziecka same bez żadnych nalegań i przymusu ustąpiłyby z zajmowanych posad. Wiele kobiet woli żyć nawet skromnie, byle pozostać w domu, zająć się dzieckiem i gospodarstwem. Ale to są t. z. kobiety stworzone na matki i gospodynie, o innych w tej chwili nie wspominam.

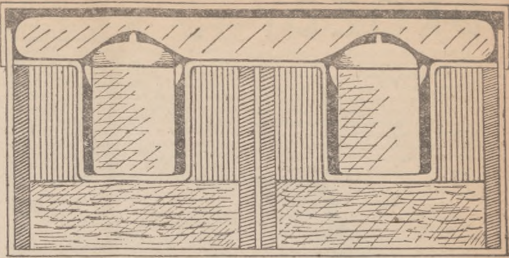
Ale stałoby się to tylko, jak Pani sama pisze, gdyby mężczyźni mieli posady stałe, nie groziła im wieczna redukcja i byliby odpowiednio wynagradzani.

Tego właśnie niema. Dziś nikt nie jest pewny, czy posadę, *którą zajmuje, utrzyma* długo. Dlatego więc sprawa pracującej kobiety-mężatki nie może być wyjaśniona, aż mężczyźni sami się ustabilizują.

Co do wyrzekania się dziecka, ma Pani słuszność. Pójście do biura, pozostawienie w domu niemowlęcia, lub nawet większego dziecka na opiece obcych, choćby najpewniejszych, a mimo to niepewnych rąk, nie daje gwarancji spokojnej i intensywnej pracy. Matka pozostawiająca swoje maleństwo w domu, a sama odchodząca do pracy, jest męczennicą, o której nikt nie wie i której nikt nie rozumie, nie współczuje. Bo widzi się tylko mężatkę pracującą, a nie wchodzi się w to, dlaczego ona pracuje. Nikt nie potrafi wejrzeć w głąb jej duszy, jaka tam gorycz wzbiera, że zamiast niej, opiekuje się jej dzieckiem ktoś obcy, obojętny, że zamiast niej, pierwszemi krokami dziecka kieruje ktoś, kto może wpływem swym spaczyć duszyczkę jej maleństwa. Gorycz i zniechęcenie do życia, do wszystkiego, co ją otacza, wzbiera coraz bardziej w jej duszy z latami, gdy dziecko dorasta, a ona spostrzega, że ono jej nie rozumie, bo jest wychowane nie przez nią, bo ona prawie gościem w domu, gdyż po powrocie z biura tyle jest pracy, tyle do wykończenia niedociągnięć, że niema czasu do zajęcia się dzieckiem, które musi samo się bawić i samo sobie radzić, by mu się nie nudziło. Rano odchodząc do biura poczęści pozostawia dziecko śpiące, w biurze *myśli*, czy też nie stało się mu coś złego i tak wkółko, wkółko do uprzykrzenia. Ma Pani więc rację, wyrzekając się dziecka, przynajmniej jedno może Pani spełnić w całości, — oddać się pracy.

Ślązaczka

DOGOTOWYWACZ NORWESKI



Mówiąc o oszczędności opału oraz oszczędnościach w odżywianiu, niepodobna pominąć znakomitego udogodnienia gospodarskiego zwanego dogotowywaczem. Mamy dogotowywacze różnego typu, będące prawdziwemi aparatami, elektryczne, gazowe działające pod ciśnieniem, o których mówić nie będę. Są one w swoim rodzaju doskonałe, oszczędzają bardzo opału, ciepłota w nich osiągnięta przewyższa znacznie ciepłotę normalnie osiąganą przy gotowaniu, ponieważ jednak kupujemy je wraz z objaśniającemi broszurkami, nie ma celu rozpisywać się o nich obszerniej. Kosztują sporo, bo około 60—70 zł., są w niektórych wypadkach bardzo dogodne i praktyczne, należy jednak przy kupnie nie żałować już dodatkowych kilku złotych, a kupić przedmiot naprawdę pierwszorzędny. Są to zresztą właściwie nie dogotowywacze, ale poprostu, jeśli się tak wolno wyrazić, gotowacze, bo się w nich od początku potrawy pewne gotują, dzięki wysokiej temperaturze bardzo szybko, specjalny zaś sygnał zawiadamia, że jedzenie jest gotowe.

Na zupełnie innej zasadzie opiera się dogotowywacz właściwy czyli norweski. Nie chodzi w nim o uzyskanie w kociołku zawierającym potrawę temperatury szczególnie wysokiej, przyśpieszającej gotowanie, ale poprostu o zachowanie jaknajdłużej temperatury osiągniętej przy zagotowaniu na ogniu.

Podczas gdy potrawa w autoklawie wyżej wymienionym po sygnalizacji, że jest gotowa, winna być wzięta zaraz do użycia, w dogotowywaczu norweskim może stać godzinami tracąc ciepło nader powoli. Mamy tu do czynienia ze zjawiskiem podobnem jak w popularnych termosach. Warstwa izolacyjna zatrzymuje ciepło wewnątrz, w tem zaś cieple dochodzą doskonale niektóre potrawy jak rosół, pieczeń duszona, kasza, etc.

Zdarza się nieraz, że tylko przez wzgląd na gotowanie jednej potrawy wymagającej kilku godzin, zmuszone jesteśmy do rozpalenia ognia znacznie wcześniej niż dla reszty obiadu. Tak się dzieje np. z fasolą, która w dogotowywaczu dojdzie sama po jednorazowem zagotowaniu na blasze czy gazie.

Dogotowywacz norweski jest zatem skrzynką - termosem, izolującym nasze rondelki i nie dopuszczającym do utraty ciepła.

Taki dogotowywacz możemy sobie zrobić same w pudle lub skrzynce, ponieważ jednak szczelne zamknięcie jest w nim bardzo wielkiej wagi, należałoby raczej wybierać pudła zamykające się dobrze na zawiasach, albo skrzynki z wiekiem ściśle przystającem. Stare walizki nadają się do tego celu zwłaszcza fibrowe, kosze, ze względu na przepuszczalność powietrza, niebardzo. O ile jednak z tej czy innej przyczyny nie mamy na ten cel nic innego jak koszyk, obijemy go szczelnie ceratą, pod nią dając warstwę gazet.

Wnętrze wybijamy lub wyklejamy warstwą gazet najmniej na centymetr grubą, następnie sypiemy na dno *warstwę izolacyjną*, złożoną z tego czem rozporządzamy, t. j. drobnych kawałków włóczek, piór, puchu, papieru, siana, kawałeczków wysiepanych z wełnianych gałganków i t. p., ubijając z tego warstwę na 10—12 centymetrów wysoką.

Jeżeli rozporządzamy dużą ilością papieru gazetowego, robimy z niego papkę, wyciskamy płaskie płytki i z pożytkiem, po starannem wysuszeniu na piecu używamy do izolacji.

Kiedy dolna warstwa jest dobrze ubita, układamy na niej kilka warstw gazet i zestawiamy rondel, względnie dwa rondle, które przeznaczamy dla dogotowywacza. (Przeznaczamy niema wcale znaczyć, że rondli tych nie możemy użyć poza dogotowywaczem, ale znaczy, że w dogotowywaczu możemy z pożytkiem użyć rondli dobrze dopasowanych do skrzynki. Wybieramy zazwyczaj do tego celu rondelki umiarkowanie wysokie i bez trzonków wystających z dobrze dopasowaną przykrywą). Rondle ustawiane do skrzynki w celu upchania dokoła nich warstwy izolacyjnej owijamy w płat barchanu, wełny czy wojłoku, lub ceraty, którą następnie po ubiciu wokół rondli szczelnie różnych piórek, ścinek i t. p. odginamy i gwoździami przybijamy do skrzynek. Jest to ostatnia warstwa, trzymająca warstwę izolacyjną w karbach, obita więc być musi mocno i dokładnie i gdzie trzeba pozeszywana. W tej płachcie pozostaną doły, w które wstawiać będziemy rondelki. Ze względu na trudności wykonania i na to, że otworzenie każdorazowe skrzynki powoduje stygnięcie potraw, radzimy wykonać skrzynki na jeden rondel, ew. na dwa, nigdy więcej.

Zrobiłam sobie kiedyś w lecie na letnisku dogotowywacz z koszyka od owoców obitego ceratą i uszczelnionego jak wyżej. Obity wewnątrz barchanem dawał schron rondelkowi mniej więcej półtoralitrowemu. Wychodząc na spacer wstawiałam weń zagotowany na maszynce ryż z masłem, kaszę ze słoniną, fasolę suchą z wymierzoną ilością wody, gdyż w dużej ilości wody zrobiłaby się zupa, groch z wędzonką w większej ilości na zupę właśnie, kawałek mięsa z włoszczyzną zagotowany i zszumowany uprzednio na ogniu i po powrocie zastawałam w domu gotowe, ciepłe danie. Przy dwóch takich koszykach, miałam cały obiad bez dużego ognia i zachodu gotowy.

Kiedy mamy gniazdko na rondel gotowe przygotowujemy jeszcze materacyk do przykrycia a nawet lepiej dwie warstwy. Jedną, np. kawałek miękkiego wojłoku, puchowy piernacik, watowany warstwą, kładziemy na rondel, aby dobrze przylegała, a na nią drugi materacyk czy sienniczek mocno ubity z tegoż materjału co dno i boki. Wieko dogotowywacza powinno te materace dobrze przydusić.

Przy użyciu dogotowywacza trzeba baczyć, aby wstawiać potrawę wprost z ognia jeszcze gotującą i szybko otulić i zamknąć.

Na dogotowywacz dobieramy skrzynki czy pudła, ew. kuferki wyższe od rondli na jakieś 30 cm.

A teraz na zakończenie kilka cyfr pozwalających się zorjentować co do czasu gotowania.

Kartofle po zagotowaniu ich na ogniu potrzebują o ile są duże przebywać w skrzynce od półtorej godziny do 2 prawie bez wody. Dochodzą w parze. Rosół — 4 godziny.

Fasola sucha — 4 — 5 godzin. Ryż, fasolka zielona, groszek zielony gotowane na ogniu 10 minut muszą stać w dogotowywaczu 2 — 3 godziny. Pieczeń 4 godziny. Kapusta dobrą godzinę.

Trzeba dobrze wymierzyć ilość wody, dać jej do jarzyn raczej mało niż za dużo. Każdy dogotowywacz ma naskutek użycia odmiennego materjału, innnego rozmiaru i t p. pewne swoje odchylenia od ideału, które trzeba wybadać.

Dla ludzi pracujących i oszczędnych ma on duże znaczenie. Zastać w domu po powrocie choćby tylko jedno gotowe ciepłe danie, to rzecz nie do pogardzenia.

As.

Rozmowa telefoniczna.

— Hallo! To ty żonusiu? Słuchaj, nie wrócę dziś na herbatę, mam jeszcze tyle do roboty.

— **Mój ty biedaku kochany, a czy ta muzyka i brzękanie talerzami nie przeszkadzają ci w pracy? Ty gałganie!**

Pomogło.

— Mój mąż strasznie się upijał, lekarz mi powiedział, żeby mu wsypać do kawy pewien proszek.

— No i co, przestał pić wódkę.

— Ach, nie, przestał pić kawę.

Słusznie.

— Mamusiu, dlaczego malarze podpisują swoje nazwisko na obrazach?

—Ach głuptasiu, przecież inaczej niktby nie poznał, gdzie dół, a gdzie góra.

DROZDY

Drozdy są u nas ptakami bardzo pospolitemi. We wszystkich lasach i większych ogrodach możemy spotkać drozda śpiewaka i kosa. Rzadziej już widuje się największego z tej rodziny paszkota lub kwiczoła, tylko w niektórych porach roku najmniejszego drozda rdzawobokiego. Wreszcie wyłącznie górskim ptakiem jest czarny z białym półksiężycem na szyi drozd obrożny.

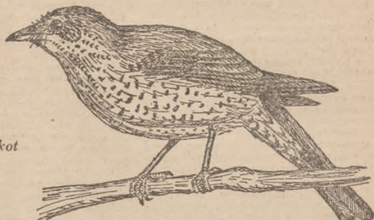


Kwiczol

kos, natomiast drozd obrożny opuszcza w zimie wyższe okolice górskie i schodzi w doliny. Drozd rdzawoboki nie gnieździ się u nas zupełnie, albo tylko bardzo nielicznie w Tatrach, dwa razy jednak w roku przelatuje masowo przez nasz kraj. W marcu i kwietniu leci na północ do swoich miejsc gniazdowania, w jesieni wraca stamtąd na leża zimowe. Kwiczoł obecnie gnieździ się w całej Polsce, nie wszędzie może licznie, ale w połowie zeszłego stulecia w Małopolsce znany był tylko jako ptak przylatujący na zimę. Dopiero w roku 1880 stwierdzono gnieżdżenie się kwiczoła w tej części kraju. W zimie kwiczoły można wszędzie u nas spotkać.

Wszystkie drozdy mają bardzo smaczne mięso i dlatego już od rzymskich czasów uważane były za przysmak. Za najsmaczniejszego uchodzi kwiczoł i z tej przyczyny mówi się powszechnie tylko o polowaniu i spożywaniu kwiczołów, podciągając pod tę nazwę wszystkie inne gatunki drozdów. Jako zwierzyna uchodzą jednak kwiczoły i inne drozdy za coś

i nie osypią się jagody z gałązek", potem zaś o samem łowieniu: „a jadąc we dwóch konno, i trzaskając harapem opodal, napędzają się ku linji sidlanej kwiczoły, i gdy stado całe wpadnie na sidła, wcale mało ujdzie. Młodzi ludzie znajdują w tem przyjemną zabawę i korzyść". Mniejszą znacznie korzyść od młodych ludzi odniosły z tego sposobu łowienia same drozdy. Masowe wyłapywanie ich, szczególnie w krajach południowo-europejskich wpłynęło poważnie na zmniejszenie się liczby drozdów w całej Europie. Dotyczy to w równej mierze i względnie ostrożnych i obawiających się zasadzki kwiczołów, jak i mniej przewidujących paszkotów, drozdów śpiewaków i rdzawobokich. Ustawy polskie zabraniają obecnie kategorycznie łowienia w sidła jakichkolwiek ptaków, nietylko drozdów. Ponieważ jednak w większych miastach wszystko co się da podciągnąć pod rubrykę t. zw. „kwiczołów" znajduje zawsze chętnych nabywców, zawodowi ptasznicy i dziś dostarczają do sklepów drozdy łapane w sidła. System ten oczy-



Paszkot

Wszystkie drozdy są ptakami leśnemi, nie wymagają jednak rozległych puszcz i borów, lecz zamieszkują nawet drobne laski. Większość z nich jest ptakami wędrownemi, które w jesieni i zimie odbywają bardzo dalekie wędrówki. Są one ruchliwe, niespokojne, kłótliwe przy tem wszystkiem jednak towarzyskie, bardzo chytre i przebiegłe. Z natury ciekawskie, muszą zawsze dokładnie zbadać każdą nową rzecz, nigdy jednak nie zaniedbują wszelkich środków ostrożności. Na ostrzegawcze okrzyki drozdów wszystkie istoty leśne baczną zwracają uwagę. Wszystkie gatunki bardzo ładnie śpiewają, niektóre z nich są najlepszemi chyba śpiewakami ze wszystkich ptaków. Chowane w niewoli z łatwością uczą się kunsztownych melodyj.

Większość życia spędzają drozdy na ziemi, poszukując owadów, ślimaków, robaków i innych drobnych zwierząt stanowiących ich pokarm. Pozatem lubią bardzo jagody różnych drzew i krzewów, przyczem każdy gatunek ma jakiś swój ulubiony owoc. Bardzo starannie budują drozdy swe gniazda umieszczone zawsze na drzewach. Są one najczęściej utkane z mchu, a wewnątrz gładko wylepione ziemią lub gliną. Wnętrze jest dość obszerne, regularnie półkuliste, a cała konstrukcja bardzo mocna.

Z naszych krajowych gatunków, kos jest jak wiadomo zupełnie czarny, względnie ciemno-brunatny, kwiczoł ma wierzch ciała kasztanowaty, inne zaś gatunki są bardzo do siebie podobne, oliwkowo-szare z wierzchu i ciemno nakrapiane pod spodem. Drozd śpiewak na zimę odlatuje od nas zupełnie. Paszkot częściowo odlatuje, częściowo zaś zimuje, podobnie

mniej szlachetnego, niejako za zwierzynę drugiej kategorji. Od niepamiętnych czasów najpowszechniej stosowaną metodą łowienia drozdów było łapanie ich w sidła, zastawione koło gałęzi jarzębiny służącej jako przynęta. W „Poradniku dla myśliwych" J. Szytlera z r. 1839 znajdujemy takie ciekawe recepty: „W jesieni, w wigilję Św. Bartłomieja, zbierają się gałęzie z jarzębinowemi jagodami, układają się na strychu na słomie, a tak, one nie zwiędną, nie stracą koloru

wiście kalkuluje się znacznie lepiej niż strzelanie drobnych ptaków, gdyż pociąga bezporównania mniejsze koszta i daje ilościowo znacznie poważniejsze wyniki. Jest jednak obowiązkiem każdego przeciwdziałać temu przestępstwu. Łowione w sidła drozdy łatwo poznać, ponieważ nie mają na skórze żadnych ranek od postrzału. Konsument zamiast kupować tego rodzaju towar powinien sprawę oddać w ręce władzy.

Andrzej Dunajewski

X LAT POLSKIEGO RADJA

Radjowy album jubileuszowy już się ukazał w druku

Od dość dawna zapowiadany, ozdobny album „Dziesięciolecia Polskiego Radja" już ukazał się w druku.

Jest to tak piękne i graficznie staranne wydawnictwo, że śmiało stanąć może w rzędzie najpiękniejszych wydawnictw tego typu radjofonij zagranicznych.

Na 48 stronach doskonałego papieru pomieszczono taką moc rzeczowych i rzucających się w oczy czytelnikowi informacyj, że stanowić ono może wzór dla tego rodzaju publikacji.

Zwarta treść albumu ilustruje powstanie, rozwój, i wzrost radjofonji polskiej na przestrzeni lat 10-ciu.

Na początku znajdujemy artystyczny grafik, przedstawiający mapę Polski, z ozdobnie wykonanemi fragmentami najcharakterystyczniejszych widoczków tych poszczególnych miast Polski, skąd płyną na fale eteru audycje Polskiego Radja. Są to nasze radjostacje z Raszynem na czele. Dalej umieszczono krótki zarys radjofonji w Polsce, ilustrowany fotografjami laboratorjów technicznych, grafikiem rozwoju mocy warszawskiej radjostacji od 0.5 Kw poczynając aż do dzisiejszego 208 Kw olbrzyma raszyńskiego. Z drugiej strony widzimy, jak rosła od roku 1926 cyfra radjosłuchaczy po dzień dzisiejszy.

Następne dwie kolumny poświęcono artystycznie ułożonym zdjęciom najwybitniejszych przedstwicieli kierownictwa radjofonji poskiej.

Dalej w tekście znajdujemy mnóstwo zdjęć niezwykle ciekawych. A więc: wnętrza rozgłośni warszawskiej i wszystkich siedmiu rozgłośni prowincjonalnych, fotografje speakerów stołecznych i regjonalnych, fotografje najwybitniejszych artystów i prelegentów P. R., fotomontaże, grafiki i t. p. wszystko to daje obraz niezwykle ciekawy.

PORADNIA DLA NIEMOWLĄT

Epoka nasza zaznaczyła się wprawdzie znacznem ograniczeniem urodzeń, przyznać jednak trzeba, że nad istniejącem już dzieckiem roztoczyła opiekę nader czujną a nawet czyłą. Stacje opieki nad matką i dzieckiem rozsiane są na całym terenie Rzplitej polskiej, są to tak zwane popularnie poradnie, dokąd każda matka zwrócić się nietylko może ale wręcz powinna i nietylko gdy niemowlę niedomaga, ale właśnie wtedy, gdy jest zdrowe, gdy z niem bez trudu wyjść może czy nawet ze wsi przyjechać i narazdiś się nad niem z siłą fachową i odpowiedzialną.

Istnieją wprawdzie dobre książki i doskonałe podręczniki, ale nic nie zastąpi bezpośredniego kontaktu. W książce popularnej zawsze są tylko omawiane sprawy typowe, ale rzut oka na dziecko objaśni odrazu lekarza czy pielęgniarkę, z jakim, jeśli się tak można wyrazić, gatunkiem zdrowia ma do czynienia. Otóż tak się wyrobiło, że wszelkie poradnie, krople mleka, ambulatorja, służą zazwyczaj warstwom robotniczym i t. p. Warstwy zamożniejsze same sobie wybierają lekarzy, inteligentne zaś warstwy uboższe, obywają się bez jednych i drugich, nie śmiejąc szukać pomocy w bezpłatnych instytucjach, nie mając do nich zaufania czy też krępując się poprostu stawać w jednym rzędzie z ubogiemi kobietami z ludu.

Nie mówiąc już o małostkowem tak pojętem stanowisku, musimy jednak zwrócić uwagę na to, że tam, gdzie chodzi o dziecko, wszelki fałszywy wstyd czy fałszywą delikatność należy odłożyć na bok..

Poradnia jest dla wszystkich, więc wszyscy z niej winni korzystać. Jeżeli panie z inteligencji do niej przyjdą, nietylko to nie będzie wyzyskiem, ale zachętą dla kobiet słabiej rozumiei cych znaczenie poradni. Oczywiście, kto ma na to, aby dziecko znalazło się na stałe pod opieką odpowiedniego lekarza, ten z poradni korzystać nie powinien, zabierając czas i miejsce bardziej potrzebującym, ale kto na stałego lekarza, kierującego pierwszym rozwojem niemowlęcia, nie ma, winien się zwrócić do poradni.

Tutaj się dowie o wszystkiem i o tem, jak dane dziecko odżywiać i o tem, ile ono potrzebuje i o tem, jakie zastosować szczepionki względnie inne zabiegi.

Niektóre matki obawiają się przynosić niemowlęta do poradni ze względu na możliwość przeniesienia zarazy z chorego, które możemy spotkać w poradni. Jesto to jednak mało prawdopodobne, gdyż poradnia jest właściwie dla zdrowych dzieci, jeśli zaś zdarzy się przypadek, że matka przyniesie dziecko chore na chorobę zaraźliwą, wówczas personel instytucji czyni wszystko co należy, aby zapobiec udzielaniu się choroby. W każdym razie matka powinna dziecko mieć przy sobie, na ręku czy w wózku i nie kłaść go byle gdzie.

Dowiedzieć się o poradnię można w każdem mieście w aptece, w policji i t. p. a pamiętać należy, że pierwsze miesiące życia dziecka mają nieraz wpływ decydujący na całe jego dalsze życie.

St. W

Znaczenie tranu i jego preparatów w leczeniu i zapobieganiu krzywicy

Nazwą „krzywica" określa się chorobę wieku dziecięcego, w której przemiana fosforowa i wapniowa jest nieprawidłową, z czego wynika wadliwe kostnienie kości dziecka, gdyż wyżej wymienione składniki stanowią niezbędny składnik każdej kości. Wadliwe kostnienie w krzywicy objawia się zniekształceniem kości długich — najbardziej typowe w kończynach dolnych, lecz istniejące w mniejszym stopniu również i w kościach kończyn górnych, nadto w miejscu, gdzie część żebra przechodzi w chrząstkę, t. j. na bokach mostka, zaznacza się tak zwany różaniec krzywicy. Poza temi widocznemi zmianami krzywiczemi i dziecka, zauważyć można, jako objaw bardzo wczesny — pocenie się główki, (dotyczy to niemowląt) dalej opóźnienie trzymania główki, siadanie, wyrzynanie zębów.

Dla utrzymania w organiźmie rosnącym prawidłowej przemiany fosforowej i wapniowej, niezbędne jest stałe dostarczenie mu witaminy „D" — (przeciwkrzywiczej), oraz dostatecznego naświetlenia promieniami słońca. W leczeniu jak również w zapobieganiu krzywicy, brak słońca w porze zimowej zastępuje się naświetlaniami, lampą kwarcową, a dostarczenie odpowiednich ilości witaminy „D" uzyskuje się przez podawanie tranu lub jego preparatów.

Tran jest to ciecz oleista wydobywana z wątroby wątłusza, tłuszcz ich jest specjalnie bogaty w witaminę „D", nadto posiada również witaminę „A" (t. zw. wzrostową, również niezbędną dla dziecka).

Okresem, w którym podawanie tranu, czy to w celach zapobiegania — czy też leczenia krzywicy — jest właśnie pora zimowa, a to z dwu względów: 1) brak jest wówczas świeżych jarzyn i owoców, zawierających te witaminy, 2) tran w porze letniej łatwo ulega zepsuciu pod wpływem ciepła.

Zależnie od wieku dziecka podaje się dzieciom od 1 do 3 łyżeczek od herbaty, (1 łyżeczkę dzieciom 10 miesięcznym). Powinno się podawać tran nietylko tym dzieciom, u których objawy krzywicy są już wyraźne, lecz również tym, które są albo słabowite, albo też przebyły jakiekolwiek cięższe schorzenie np. chorobę zakaźną.

Pod wpływem tranu, lub preparatów pokrewnych przemiana fosforowa i wapniowa zaczyna odbywać się w sposób coraz to bardziej prawidłowy. Tran więc stanowi ważny czynik w zapobieganiu krzywicy, gdy zaś choroba rozwinęła się już w organizmie dziecięcym na tyle, że widomemi stają się jej objawy ze strony układu kostnego, pod wpływem podawania tranu, lub jego preparatów następuje zahamowanie dalszego rozwoju choroby, natomiast te zniekształcenia kostne, które wystąpiły przed leczeniem tranem niedaje się już usunąć! Dziecko krzywicze jest mało odporne, występuje u nich skłonność do nieżytów dróg oddechowych (katary, bronchity), te drobne napozór schorzenia zmniejszają jednak tak wybitnie odporność organizmu, że każda choroba, zwłaszcza zakaźna, przebiega z objawami o wiele cięższemi, niż to bywa u dzieci niekrzywiczych.

Z krajowych preparatów tranowych lub też zastępujących tran wymienimy tylko kilka, mianowicie: „Actitran", firmy Spiess, o działaniu silniejszem niż tran, dzieciom do końca 1 roku życia podaje się 2 razy dziennie po 20 kropel, starszym ½ do 1 łyżeczki dziennie. „Jecostan", „Jecorol" i t. d.

Wzmocnione działanie tranu posiada „Vitavit", (Spies) — preparat ten jest oleistą cieczą zawierającą 1% naświetlonej ergosteryny, która właśnie pod wpływem naświetlań staje się bogatą w witaminę „D". „Vitawit" podaje się kroplami, zależnie od wieku dziecka. Preparatu tego nie powinno się podawać bez uprzedniego poradzenia się lekarza, czy będzie on odpowiedni dla danego dziecka.

dr. I. E.





za właściwe pielęgnowanie i za codzienne wcieranie płynu SIMI nagrodzi Cię zdrowym, świeżym i pięknym wyglądem!

Płyn SIMI nie zasklepia porów co jest nieuniknione przy użyciu kremów, lecz otwiera je, ułatwia cyrkulację krwi i, powodując dopływ świeżej limfy z głębszych tkanek podskórnych, ożywia i odmładza cerę.

Płyn SIMI usuwa wszelkie nieczystości skóry: wągry, pryszcze, fałdy, zmarszczki i odtłuszcza cerę.

Po goleniu płyn SIMI udelikatnia i wygładza podrażnioną skórę.



GIMNASTYKA PORANNA

Skończmy z wylegiwaniem się rano do ostatniej minuty pod ciepłą kołdrą i z myciem tylko nosa i z jedzeniem śniadania na stojąco i z nerwowem poszukiwaniem w ostatniej chwili najpotrzebniejszych rzeczy i ze wszystkiem tem, co pociąga za sobą późne wstawanie.

Trzeba sobie raz obliczyć, ile czasu zabiera porządne ubranie się z myciem i gimnastyką, przygotowanie i zjedzenie śniadania i sprzątnięcie pokoju przed wyjściem do pracy, dodać 10—15 minut na nieprzewidziane i nastawiać odpowiednio budzik.

Na pierwszy dźwięk dzwonka jak długo nie oprzytomnieje się i nie odczuje rozkoszy ciepłej kołdry i miękkiej poduszki, trzeba wyskoczyć na środek pokoju. Dalej już pójdzie łatwo. Raptownie opuszczone łóżko już nie kusi, daje się za to we znaki dotkliwe zimno. Trzeba się czemprędzej rozgrzać. — Czem? Gimnastyką.

Na pierwszy ogień kilka przysiadów, podskoków, może być trochę nawet bezładnego machania rękami i nogami. Aż odczujemy pod skórą ciepłą falę krwi. W międzyczasie wkładamy kostjum gimnastyczny lub kąpielowy i miękkie pantofle. Jestem jednak zwolenniczką gimnastykowania się boso i o ile to możliwe radzę Paniom ćwiczyć bez pantofli. W czasie gimnastyki skóra bardzo się poci i należy się starać o jaknajmniejszą ilość odzieży na sobie, aby nie utrudniać parowania. Stopy są i tak przez cały dzień upośledzone skórzanem obuwiem, dobrze więc choć na chwilę dać im odetchnąć w czasie gimnastyki. Włosy powinny być także jakoś zabezpieczone. Jeśli nie upięte w ścisły węzeł, to wzmocnione spinkami lub paskiem gumowej tasiemki, aby nie fruwały zbytnio w czasie ćwiczeń i nie przeszkadzały wpadając w oczy i usta. Zakładanie do gimnastyki beretów i chusteczek niewskazane ze względu na utrudnianie parowania potu.

Przystępujemy do właściwej gimnastyki.

Postawa baczna. Sprawdzamy jej prawidłowość. Plecy wyprostowane, ramiona lekko odgięte wtył. Szyja wyprężona, broda lekko wciągnięta w tył (jakgdybyśmy mieli coś ciężkiego na głowie), ręce swobodnie opuszczone wdół.

Mimo tych ograniczeń postawa powinna pozostać swobodna, bez sztywnego nadymania klatki piersiowej i wciągania brzucha.

Zaczynamy kolejno ćwiczenia wszystkich mięśni ciała.

Ręce. Uwaga skupia się na ruchu mięśni ramion i przeramion na pozycji dłoni. Zginania i prostowania dokonywamy uważnie, precyzując każdy ruch. Wartość dla organizmu ma tylko ćwiczenie wykonane dobrze, dokładnie. To samo dotyczy kolejno następujących ćwiczeń nóg, szyi, tułowia. Skręty i zginania dobrze jest kontrolować w dużem lustrze. Tam każda nieprawidłowość uderzy nas w oczy nieestetycznym wyglądem.

Po przećwiczeniu zgrubsza wszystkich części ciała, które pobudzają żywszy obieg krwi, ale nie męczą zbytnio, kolej na kilka ćwiczeń cięższych, o mniejszym zasięgu ruchu, a większym wysiłku i wpływie na narządy zewnętrzne. Zmęczenie odpowiednio użyte jest bardzo pożyteczne dla funkcjonowania serca i płuc oraz na proces trawienia. Do ćwiczeń z tej grupy należą: bieg, skoki, równowaga, niektóre ćwiczenia tułowia.

Kończy się gimnastyka marszem dokoła pokoju i oddechami przy otwartem oknie. (Teraz już zimno i panie, które nie są zahartowane, niech odłożą oddychanie przy otwartem oknie do wiosny). Pod wpływem wysiłku płuca zużywają więcej tlenu i trzeba im go dostarczyć.

Po gimnastyce możemy się dopiero myć i ubierać. Zimna woda nie będzie już budzić odrazy. Ruch dobrze zrobi na apetyt i śniadanie będzie lepiej smakowało (ważne dla osób anemicznych, które często czują rano wstręt do jedzenia).

Począwszy od dnia dzisiejszego podawać będziemy Paniom stałe programy ćwiczeń gimnastycznych, na każdy tydzień. Wszystkie one będą zaprojektowane i ułożone tak, aby organizmowi przyniosły jaknajwięcej korzyści przez pobudzanie krążenia krwi, wyrabianie pewnych mięśni i korygowanie nagminne zdarzających się zniekształceń ciała, do jakich należy np. zbytnia wypukłość pleców. Żadnych „szpagatów" ani chodzenia na rękach nie będzie, gdyż ćwiczenie efektowne akrobatyczne wykonywane bez fachowej kontroli mogą przynieść wiele szkody.

LEKCJA I-sza.

1. Sprawdzenie postawy.
2. Ręce skurczone do ramion. Liczymy: raz — ręce w bok wyprostowane, dwa — ręce skurczone, trzy — w bok, cztery — skurczone (do 10-ciu). Początkowo wolno, potem coraz prędzej.
3. Podnoszenie kolan pod kątem prostym: raz — lewe, dwa — prawe, trzy — lewe i t. d. do 10-ciu. Za każdem wzniesieniem nogi wykańczać pozycję.
4. Kiwanie głową (broda wciągnięta). Raz — skłon, dwa — wyprostowanie, trzy — skłon i t. d. do 10-ciu.
5. Ręce na biodrach, pochylanie się w pasie (pięć razy). Należy uważać, aby przy ruchu nie garbić i nie wyginać pleców. Zgięcie powinno zachodzić tylko w stawie biodrowym.
6. Prawe kolano wzniesione: 5 podskoków na lewej nodze. Lewe kolano wzniesione: 5 podskoków na prawej nodze.
7. Stajemy w odległości stopy od ściany lewym bokiem. Lewa ręka do góry. Staramy się dłonią sięgnąć po ścianie jak najwyżej pomagając sobie wspinaniem się na palce. Powtarzamy to samo ćwiczenie, stojąc przy ścianie prawym bokiem.
8. Podnieść lewą nogę wyprostowaną, ręce w bok, wspiąć się na palce, zatrzymać chwilę, powrócić do postawy. To samo na drugą nogę. Powtórzyć jeszcze 4 razy.
9. Chodzenie na czworakach po pokoju.
10. Cztery razy zeskoczyć z krzesła na ziemię.
11. (Jeśli warunki na to pozwalają). Bieg po pokoju aż do zmęczenia.
12. Marsz dookoła pokoju, głębokie oddechy.

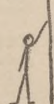
2



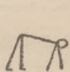
5



7



9



H. Wojnarska

NASZA SKRZYNKA

Pani Elżbiecie

Tak nerwowy i chaotyczny jest list Pani, że trudno się z niego domyślić, o co Pani chodzi. Czy o to, by siostra wyszła powtórnie zamąż, czy też by przenosząc się z tej, jak Pani nazywa, głuszy do miasta, miała więcej rozrywek, styczności z ludźmi, jednem słowem mogła prowadzić życie towarzyskie. Prawdopodobnie chodzi i o jedno i o drugie. Ale proszę Pani, rzeczy tej nie można brać tak nagle, tak na gorąco. Trzeba wszystko rozważyć spokojnie, z rozmysłem. Bo o ile siostra tyle lat spędzała na pracy wyłącznie dla tych, których kochała, to przypuszczam, nie chciałaby, aby przez zmianę jej życia ucierpiały na tem dzieci, które wychowuje z takiem poświęceniem.

Oprócz tego ważną rolę odegra tutaj przyzwyczajenie. Tyle lat w ciszy i pustce, tyle lat życia idealnego pięknego i wzniosłego, wyrobiło dużo krytycyzmu, patrzy może na świat przez pryzmat swoich czynów, postępowanie innych ludzi ocenia pod kątem swego postępowania. O ile więc przeniesie się do dużego miasta, przypuśćmy do stolicy, spotka ludzi, czy też kobiety puste, szablonowe, nie spełniające należycie swoich obowiązków, szybko może się rozgoryczyć i zniechęcić do życia wielkomiejskiego. Jest to prawdopodobnie osoba idealnie dobra, o duszy pięknej i wielkiej, zapominająca o sobie, dla dobra drugich, trzeba więc zmianę w

jej życiu przeprowadzić Bardzo ostrożnie.

Co do wyjścia powtórnie zamąż, to sprawa nie da się omówić w ramach naszej skrzyneczki, lecz przypuszczam, że mając pewne doświadczenie, tak Pani jak i Siostra nie wybrałybyście człowieka, który okazałby się niegodny. Lecz i tutaj pomyłki są takie łatwe.

Sprzedaż majątku, przypuszczam, nie jest konieczna. O ile siostra ma rentę po mężu, to może przecież i w mieście za nią żyć, a majątek można wydzierżawić. Nie wiadomo przecież, czy siostrze życie miejskie się spodoba, czy nie zechce po przyjrzeniu mu się zbliska powrócić do swej pustki i głuszy, gdzie nikt nie zamąci jej życia, które pragnie prowadzić czyste i piękne, kto wie, czy nie pożałowałaby kiedyś, że wyzbyła się swego dworku, do którego w każdej chwili mogłaby powrócić, gdyby życie w mieście nie odpowiadało jej. Na sprzedaż jest zawsze czas, wypuszczenie majątku w dzierżawę przyniesie również dochód, a ziemia jest zawsze pewniejszą lokatą pieniędzy, niż banki.

Może dobrze by było ów dworek sprzedać, ale w jego miejsce kupić coś podobnego w okolicy, byłaby siostra wówczas bliżej Pani.

Nie wiem, czy moje rady uzna Pani za dobre, ale przypuszczam, że w tej sprawie wypowie się więcej Pań z tego wyciągnie Pani to co najbardziej Jej będzie odpowiadało, lecz powtarzam, rzecz tą trzeba przemyśleć bardzo szczegółowo, gdyż siostra Pani nie może ryzykować obecnego spokoju i zadowolenia, jakie ma z oddania się wychowaniu dzieci, na coś niepewnego i niejasnego.

Może Pani do nas do Praktycznej Pani napisze jeszcze coś w tej sprawie, a może siostra również zabierze głos.

Ślązaczka

Odp. dal „Elżbiety" z Nr. 43—44.

Szczerze pragnęłabym zmniejszyć ból i rozwiać niepewność. Rozumiem rozterkę: pragnęłaby pani tę drugą połowę życia siostry widzieć opromienioną szczęściem, na które w całej pełni zasługuje, a z którego ona nie rezygnuje, zdradzając chęci do powtórnego małżeństwa. Samotność ciąży okrutnie, pragnęłaby rozpocząć nowe życie przy boku nowego człowieka. Sądzę, że o wdowca z dzieckiem nie byłoby tak trudno, zwłaszcza, że mężczyźni w takich razach pragną sobie ułatwić życie, nie zwlekając zbytnio z ożenieniem. Chciałaby pani jej radzić i boi się? To jasne, bo przyszłość to karta zamknięta, pod którą kryje się całe morze tajemnic, których niesposób przewidzieć. Przypuśćmy, że spełnią się życzenia powtórnego zamążpójścia.

Będą dzieci „twoje", „moje", a mogą być i „nasze".

Czyż wobec takich obowiązków życie może potoczyć się gładko?

Czy nie będzie walką jeszcze cięższą niż dotychczas?

Bo szczęście jak słońce w chmurach, wyjrzy na chwilę, zabłyśnie i tak prędko schowa się spowrotem.

A jeśli będzie to człowiek, który nie da nawet iluzji szczęścia?

Wówczas, jakże może skomplikować życie, nietylko sobie, ale i dzieciom! Przejrzy, że był to krok fałszywy w jej życiu, który spowodował cały szereg nowych cierpień i udręki.

Kto może zagwarantować ustosunkowanie się męża do jej dzieci, dla których „On" zawsze będzie obcym?

Czy to dzieci, dziś nieświadome, w przyszłości nie wezmą matce takiego czynu za złe?

A może pamięć o ojcu jest dla nich tak wielką i świętą, że na widok nowego „tatusia", serca ich bólem się skurczą? Trudno przewidzieć, a jeszcze trudniej radzić, nie znając najtajniejszych, najbardziej ukrytych uczuć w sercu tak matek jak i dzieci.

Odpowiem Pani z punktu czysto indywidualnego, a przychodzi mi to o tyle łatwiej, że nie jedną wspólną cechę znajduję i w swojem życiu.

Zapewne, że obecna sytuacja siostry nie jest do pozazdroszczenia, ale nie widzę powodu do tak wielkiego utrapienia, tembardziej, że należy zawsze pamiętać o tem, że wielu innym stokroć razy gorzej się powodzi. Mając własny punkt oparcia, chociaż ciężko trzeba pracować i odmówić sobie wielu rzeczy, zawsze, jakby nie było, winno się nadewszystko cenić — niezależność. A zmartwień i kłopotów, gdzież takowych niema?

Są one zawsze i znajdą się wszędzie, gdzie tylko jest życie ludzkie, gdzie jest walka o byt dla dobra swego, czy innych.

Poświęcenie matek nie zna granic. Przyjść jednak musi chwila, kiedy pisklęta wylecą z gniazdka zdolne do lotu, na nowe własne życie.

A w sercach ich będzie gorzała miłość gorąca za to dzieciństwo, którego nie zmąciło nic; zrozumieją poświęcenie matki, złożone na ołtarzu wielkiej miłości ku nim; zdołają zachować jaknajlepszą pamięć i ocenić należycie jaknajdalej idącą ofiarność.

Niech Pani nad tem się zastanowi. Co winno zaważyć na szali uczuć, miłość dla siebie, czy miłość dla dzieci?

Zola

Szanowne Panie!

Zwracam się do was o radę, w sprawie bardzo przykrej i smutnej — co robić? jak postępować?

Przed siedmiu laty jako 21-letnia, zostałam zaangażowaną do dworu na posadę nauczycielki, po roku mej bytności na tej posadzie umarła moja chlebodawczyni, na prośby chlebodawcy zostałam nadal jako nauczycielka i cała gospodyni domu.

Bardzo dzieci się do mnie przywiązały, a i ja je bardzo pokochałam, pracowałam i zajmowałam się dziećmi — domem całem sercem. Wynagrodzenia nie brałam, bo ciężko było o grosz, — gospodarstwo wskutek kryzysu dawało mały dochód. Jestem sierotą, żadnej rodziny nie mam, a więc o radę, lub pomoc, nigdzie nie mogłam się zwrócić. Wskutek przebywania razem z młodym jeszcze mężczyzną i na różne z jego strony obietnice, że się ożeni, że mnie kocha i t. d. tak się jakoś stało, że... zostałam jego poprostu kochanką, bo o ślubie do dziś dnia niema mowy. A teraz po 7 latach, co mam robić, tyle włożyłam serca, pracy w wychowanie dzieci i prowadzenie domu, zupełnie bezpłatnie, przywiązałam się tu do wszystkiego, sama sierota — dawałam dzieciom, to czego sama nie miałam, będąc dzieckiem, serce i najtroskliwszą opiekę.

Dziś dzieci są w szkole w mieście. A on na zapytanie moje, jak nadal będzie — odpowiedział, że ożenić się nie ożeni — gdyż ożeni sie wtedy, kiedy znajdzie bogatą partję, aby podratować majątek, a ty, zwracając się do mnie, mówi — możesz pozostać — potrzebną tu jesteś bardzo i na zawsze, przecież źle ci nie jest, masz życie — ciepło i wygodnie.

Co robić? nadal pozostawać tak nie chcę i żyć jak zwierzę!

A odejść? Bardzo dzieci kocham — przywiązałam się do wszystkiego tak bardzo i dokąd pójść, jakie świadectwo dostanę po 7 latach?

Gdy wszyscy mają święta wesołe i są z rodziną, ja siedzę sama i różne myśli przykre przychodzą mi do głowy — że właściwie już się skończyłam, że chyba pozostaje tylko samobójstwo...

Czekam od Was, Szanowne Panie, jakiejś rady, ale życzliwej — nie potępiajcie mnie bardzo.

„Stała czytelniczka M.

KOSMETYKA RACJONALNA *Znamiona i brodawki. Plamy*

Nie będziemy tu omawiali znamion i brodawek, występujących w znacznych rozmiarach, ponieważ traktowanie ich środkami domowemi nietylko nie doprowadzi do pożądanego rezultatu, ale nieostrożne obchodzenie się z niemi, drażnienie, wypalanie i t. p. może spowodować niebezpieczeństwo, groźne dla zdrowia. Znamiona ciemne, gładkie, niewielkie, nie występujące zbyt obficie, nietylko nie są szpecące, ale przy ładnej cerze dają przez kontrast efekt upiększający. Gorzej wyglądają brodawki, ponieważ jednak występują one najczęściej w wieku późniejszym, kiedy osoby niemi dotknięte stały się mniej drażliwe na punkcie swego wyglądu, pozostają zazwyczaj na swojem miejscu nieruszane.

Jakkolwiek uznaję potrzebę usunięcia niektórych znamion i brodawek, nawet u osób starszych, wiek bowiem nie uwalnia nas absolutnie o dbałość o swoją powierzchowność, a nawet raczej przeciwnie, gdyż stary zaniedbany człowiek może budzić odrazę, jednak kategorycznie zaznaczam, że nikt nie powinien ich ruszać bez pomocy lekarza. W tym zakresie pomoc chirurgji kosmetycznej jest wskazana. Nieumiejętne obchodzenie się może doprowadzić w pomyślnym razie do brzydkiej blizny, a zatem nie opłaci się zupełnie, w razie zaś niepomyślnym podrażniona a nieusunięta całkowicie tkanka może ulec przerostom i dać w rezultacie złośliwy nowotwór. Elektrolizę, rad, czy stosowanie kwasów żrących może zastosować tylko lekarz.

Brodawki występujące masowo, nie dające się chirurgicznie traktować, ustępują pod naświetlaniem promieniami Roentgena. T. zw. ogień należy do rzędu znamion i leczony być może tylko przez lekarzy. Inną grupę kosmetycznych wad skóry stanowią plamy, zwłaszcza piegi i t. zw. wątrobiane.

Piegi nie występują zazwyczaj u dziecka przed ukończeniem lat 3—4, giną zaś koło czterdziestki. Radykalnie usunąć się nie dają. Jako chemiczny nieszkodliwy środek można stosować przemywanie wodą utlenioną lub cytryną, osiągnięty jednak skutek jest powierzchowny i po pewnym czasie piegi znów powrócą. To samo można powiedzieć i o zabiegach kosmetycznych fachowych. Złuszczenie naskórka daje rezultaty dobre, ale niezbyt trwałe. Wszelkie zaś naświetlania i t. p. muszą się odbywać w specjalnych, pierwszorzędnych zakładach.

F. D-ski



Odpowiedzi od Redakcji

Odpowiedzi Pani W. Z.

Aby otrzymać jaknajwiększe korzyści nawozowe z różnych odpadków kuchennych, należy takowe gdzieś w ustronnem miejscu (o ile możliwie zaciemnionem) składać na t. z. stosy kompostowe. Na kompost wyrzucać można wszelkie odpadki kuchenne, kości, śmieci, mydliny, suche liście, odpadki z bicia zwierząt, krew, padlinę (wąskie kawałki padliny należy ćwiartować i każdy kawałek osobno wapnem i ziemią przysypywać), zgniłe owoce i warzywa, wyplenione chwasty, gruz z budowli, nawóz kur, gołębi, popiół, sadze. Z popiołów największą wartość nawozową posiada popiół z drzew liściowych, najmniejszą z węgla kamiennego i torfu. Ażeby przyspieszyć rozkład kompostu, przysypuje się go wapnem palonem, lub gaszonem. Co kilka miesięcy kompost powinien być przerabiny. Czynność tę wykonuje się w ten sposób, że kompost przerzuca się łopatą, tak, żeby górna warstwa była na dole, a dolna na wierzchu stosu. Nierozłożonego kompostu nie należy używać; lepiej pozostawić go w stosie jeszcze przez kilka miesięcy. Jeżeli materjał organiczny rozłożył się do niepoznania, świadczy to, że kompost dobrze przefermentował i jako taki jest doskonałym nawozem.

Pytanie Pani w sprawie sadzenia krzaków jest tak ogólne, że trudno mi odpowiedzieć.

Doskonałym podręcznikiem uprawy warzyw jest „Hodowla warzyw" profesora Józefa Brzezińskiego, traktująca bardzo obszernie i przystępnie. Wydatek na ten podręcznik opłaci się sowicie.

St. Bińkowski

Maj. Albinów 27/XII—935 r.

P. Nadzieja lat 24.

Na dokładne udzielenie wskazówek w piśmie, temat, o którym trzebaby się szerzej rozpisać, nie jest bardzo odpowiedni. Prosimy o nadesłanie adresu dokładnego lub na poste restante, gdzie żądanych wskazówek będzie można udzielić. W każdym razie sprawa nie jest tak groźna, jak się wydaje, i uleczenie zupełnie możliwe.

P. Halina B.

Bibljotek - czytelni w dzielnicy, o których Pan wspomina, jest kilka. Wypożyczają one książki bez kaucji, pobierając od tomu 2 zł. miesięcznej opłaty. Nie możemy podać adresu, ponieważ byłaby to już reklama, jeżeli jednak przejdzie pani Marszałkowską do pl. Zbawiciela, znajdzie ich pani kilka w sklepach b. przyzwoitych i zasobnych. Kursy tanie języków obcych znajdzie pani na ul. Marszałkowskiej 153. Specjalnie angielskiego Mokotowska 12, zapisy od 5—8.

P. Marja J. z Zielonki.

Na jednej z najbliższych tablic podamy fason męskiej kamizelki oraz fason prostej bluzki i swetra, stanowiących podstawę do roboty ręcznej. Przy okazji zaznaczę, że każdy wykrój prosty, gładki, nadaje się do ręcznej roboty, dlatego nie podajemy stale wykrojów. Wystarczy formę odrysować, dopasować do figury a następnie wykonać robotę na drutach lub szydełkiem, pamiętając o tem, że robota na drutach jest bardziej ciągliwa i cieńsza niż szydełkiem z tej samej grubości wełny.

Próbkę szydełkową podam w Nr. 4-tym, wcześniej ze względów technicznych nie mogę, niestety.

P. Hanna z Poznania.

Sprawa wczesnego siwienia jest zależna od wielu czynników, bywa dziedziczna, spotykają się wypadki siwizny u 18 letnich i nawet młodszych osób. Jeżeli to jest jednak objaw chorobliwy, powinno pani pomóc wcieranie lekarstwa, którego receptę znajdzie pani w odpowiedziach z Nr. I-go b. r. Jest to znakomity środek, kosztuje wprawdzie kilka złotych, ale wystarczy na długo. W pani wypadku należy głowę przez tydzień nacierać watą, masując przytem skórę, aby ją ożywić. Po tygodniu lekarstwo stosować pani będzie tylko dwa razy w tygodniu.

Dwa razy tygodniowo nacierać pani będzie głowę następującą maścią. Czystej, świeżej oliwy dużą łyżkę, łyżeczkę idealnie czystego wieprzowego szmalcu, łyżeczkę lanoliny, rozpuścić w cieple, nie smażyć. Włos usycha, bo skóra potrzebuje pożywienia. Wytrze pani np. skórę maścią w poniedziałek, zmyje wieczorem we wtorek płynem, powtórzy maść w piątek, zmyje w sobotę. Bez mycia wodą sam płyn głowę dobrze oczyści. W artykułach o kosmetyce racjonalnej zamieścimy niebawem na ten temat szersze dane, wystarczające do przeprowadzenia pielęgnowania nawet upośledzonych włosów.

Pani B. Z.

W jednym z najbliższych numerów p. F. D-ski w Kosmetyce racjonalnej omówi obszernie wszelkie anomalje i ew. kuracje z interesującego panią zakresu.

Pani M. S.

Życzeniu Sz. Pani postaramy się uczynić zadość w możliwie najszybszym czasie i artykuły z dziedziny wychowania młodzieży zamieszczać.

Pani Espe.

W mniejszych środowiskach plotki są naogół dosyć rozpowszechnione. Każdy nowy przybysz musi przejść przez ten ogień i z tego względu należy bardzo uważać i na to co się mówi i na to co się robi. Sczasem ludzie się oswoją i gadać przestaną. Unikać jednak współżycia nie trzeba, nawet przeciwnie, należy w sposób taktowny i serdeczny jednać sobie przyjaciół miłem obejściem i drobnemi przysługami. Jeżeli plotki, o których pani mówi, są natury poważniejszej, trzeba spokojnie, jaknajspokojniej, ale je wyjaśnić, jeśli dotyczą drobiazgów niewarto.

Co się tyczy bezdzietności, przyczyn może być dużo. Radziłabym, mimo wszystko zwrócić się do lekarza. Nie trzeba się lękać, że pani powie, że dzieci nie będzie pani nigdy miała, bo tego powiedzieć nie można napewno. Znam wypadki, że ludzie po kilku latach małżeństwa decydowali się na wzięcie obcego dziecka na wychowanie i kiedy to już się u nich zaaklitymazowało, przyszło na świat drugie i chowają się razem. Znam też panią, która miała pierwsze dziecko w osiem lat po ślubie a drugie w szesnaście. W tych sprawach bywają duże niespodzianki nawet dla lekarzy. Zwróciłabym się na pani miejscu do lekarza dlatego, że może ma pani jakieś małe skrzywienie szyjki lub t. p., co łatwo może być przyczyną a da się usunąć. Zalecam też częste, ciepłe kąpiele.

P. Ślązaczce.

1) Dziecko ma zawsze włos delikatniejszy niż dorośli, pierwsze włosy różnią się też bardzo od późniejszych, nieraz jasne loki zmieniają w ciemne, proste włosy i na to niema sposobu. Obcinanie włosów ani nie wyprostuje ani nie osłabi. Prawdopodobnie córeczka będzie miała włosy proste, albo zawijać jej się tylko będą końce gdy duże odrosną. Trzeba zwrócić uwagę czy włos jest suchy czy tłusty i odpowiednio myć i pielęgnować, nie wiedząc o tem, nie możemy zalecić systemu pielęgnowania.

2) Stary sweter należy uprać, jeżeli jest obszerny nawet w gorącej wodzie (o ile nie farbuje), będzie to i dla dziecka zdrowiej, że otrzyma wydezynfekowany i sweter zgęstnieje. Następnie po spruciu lub rozcięciu szwów przełożyć formę, wykroić i natychmiast dookoła przeszyć na maszynie, żeby oczka nie uciekały. Po uszyciu sweterka albo pozostały przy szwach materjał przeszyć po brzegu na maszynie albo obrzucić ręcznie cienką igłą i nicią, bacząc, aby w każdy łańcuszek wkłuć igłę, żeby oczka nie uciekały. Gęste przeszywanie na maszynie jest mniej mozolne.

3) O przepis na paluszki specjalnie postaramy się jaknajprędzej.

4) Zupa z jagód bywa fioletowa i czerwonawa jak zabielany barszcz. To nie ma wielkiego znaczenia.

5) Żur żytni jest bardzo zdrowy i pożywny, są osoby, które go jadają stale na śniadanie lub kolację, okraszony słoniną. Litr mąki zarobić z ciepłą wodą na ciasto niezbyt gęste i pozostawić w cieple koło pieca na 2—3 dni, żeby skwaśniało. Można go użyć rozmaicie, albo wyłożywszy zakwas przez sito przelać rosołem, smakiem z jarzyn, a nawet gorącą czystą wodą, dając tyle zakwasu, aby był smaczny, klarowny barszczyk, albo też dodać do smaku nieco gęstszego zakwasu bez cedzenia, wówczas i zupa będzie gęstawa. Ładniejszy i smaczniejszy jest czysty zakwas przecedzony.

6) Trwale zreperować powierzchni obtłuczonych kafli niepodobna, można na czas pewien poprawić nieco ich wygląd przy użyciu kitu do kafli, ale nie na długo. Podam pani kilka recept, może się która okaże dogodna: 1) Na łyżkę miałkiego popiołu drzewnego łyżkę tonu i łyżeczkę soli, wziąć tyle wody, się zarobić na ciasto. 2) Kredę szlamowaną zarobić na ciasto białkami z jajek. 3) Łyżka tonu, łyżka mąki kartoflanej na koniec noża soli, wody tyle, aby się zarobiło ciasto. 4) Gips z białkiem ubitem na pianę.

7) Co się tyczy przybrania mieszkania kwiatami sztucznemi jest to przedewszystkiem kwestja upodobania. W bardzo eleganckich mieszkaniach kwiatów sztucznych, naśladujących żywe, nie spotykamy, o ile nastąpi jakaś moda chwilowa, jak na kwiaty z cellofanu wówczas pokazują się wszędzie, zawsze jednak są to ozdoby małej wartości estetycznej. W kuchni jednak o ile nosi charakter zupełnie prosty, można je postawić, nadając jej charakter ludowy i w innych szczegółach.

W danym razie, skoro mąż pani uważa je za niestosowane, powinno to decydować. Osobiście nie lubię kwiatów sztucznych, ale jestem zdania, że nawet brzydką ozdobę należy u innych uszanować i nie narzucać im swego smaku.

8) Naczynia kuchenne aluminjowe mają duże zlety. Nie przypalają się w nich łatwo pokarmy, czyszczą się najlepiej gliną zarobioną z octem, popiół je przegryza. Nie należy jednak zostawiać w nich pokarmów, zwłaszcza kwasów na noc. Najwygodniej mieć w domu naczynia rozmaite do gotowania jarzynek w wodzie, i t. p. emaljowane, do rosołu, do duszenia mięsa aluminjowe, do gotowania mleka aluminjowe. Gatunek ich jest dość jednolity, wartość zależy od grubości. Do pieczeni, miska do smażenia konfitur powinny być grube, wtedy się zupełnie nie przypalają, o co w emaljowanych łatwo. Odpryśnięta emalja może zaszkodzić jedzącemu, a rondel odpryśnięty prędko się dziurawi.

9) Na pytanie, jak urządzić okno kuchenne najtrudniej odpowiadać, o ile pytanie jest tak ogólne. Czy chodzi o to aby było ładne, czy aby zasłaniało nas od ludzi? Może najlepiej wygląda u góry krótka falbanka, nie zabierająca światła a pod nią idąca do parapetu lekka ściągana biała stora, którą można dowolnie, zależnie od potrzeby zsunąć na obie strony. Wtedy stanowi przybranie po bokach.

10) Duża ilość proszku do prania nie jest warunkiem czystości, wkrótce zamieścimy o tem fachowy artykuł, a niszczy ręce. Najlepszym środkiem jest cytryna. Niech pani weźmie łyżkę wódki, łyżkę gliceryny, łyżkę olejku migdałowego i sok z całej cytryny i mocno w ręce po umyciu czy praniu wciera. Zaraz po pracy wytrzeć ręce kawałkiem cytryny, zwłaszcza paznogcie.

Miłej i dzielnej naszej korespondentce zasyłamy przy okazji serdeczne pozdrowienia. Mam jeszcze w teczce garść pani uwag i rozważań, o których wypadnie jeszcze pomówić.

DRÓB NA CODZIEŃ

Drób uchodzi ogólnie za zbytek. Zapewne, że stanowi on jednorazowy większy wydatek, zwłaszcza jeśli chodzi o indyka, zapewne, że nawet niedroga kaczka wypadnie dość kosztownie, gdyż na dobrą sprawę wystarcza tylko na dwie osoby, ale kura i gęś opłacają się naogół bardzo dobrze.

Dzisiaj chcę się zająć specjalnie kurą i tem, co można z niej otrzymać, na początek jednak chcę zanotować kilka uwag ogólnych, dotyczących kupowania drobiu.

Kupujemy drób żywy, bity nieoczyszczony z wnętrznościami i piórami i wreszcie bity oczyszczony. Ten ostatni jest dla Pań zajmujących się kuchnią osobiście najdogodniejszy, wymaga również mniejszej znajomości rzeczy, ponieważ widzimy jak na dłoni czy jest tłusty i biały, czy suchy i czerwonawy czy inny i t. p. W niektórych sklepach sprzedają drób na wagę, o ile jest nieoczyszczony, a taki jest zwykle nieoczyszczony, nie możemy sobie bez wyjątkowej wprawy obliczyć, ile nam z tej wagi odejdzie na czyszczenie. Zwykle jeśli zapłacimy za sztukę oczyszczoną po 20 — 25 gr. więcej na kilogramie, wychodzimy na tem dobrze. Otrzymujemy towar, który możemy oglądać, jak nam się podoba i choćby naweto tylko na oko ocenić, czy mamy sztukę wartościową i dla nas wystarczającą. Pozatem w większych miastach można jeszcze coś odtargować na tem, że wyrzekamy się żołądka, wątróbki, głowy, łap i skrzydeł czyli podróbek, które będą sprzedane osobno. Jeżeli nie są nam one potrzebne na zupę, możemy się łatwo wyrzec. Naturalnie trzeba zwrócić baczną uwagę, aby nabyć sztukę świeżą, lepiej zawsze kupić taką, która jest jeszcze ciepła, wiemy wówczas, jak długo możemy ją przetrzymać. Drób bity tego samego dnia można jeść, o ile jest młody, starszy włożyć w wodę z sodą (łyżeczka na litr) i wynieść do piwnicy. Moczyć można tak tylko kury i indyki, kaczki i gęsi tracą w wodzie zapach.

Pozatem możemy w miastach kupić albo same podroby, albo same nogi, albo same piersi, co ogromnie ułatwia nabycie drobiu w małem gospodarstwie. Przytem zastosowanie jest ogromne. Z podróbek można zrobić doskonały krupnik albo udusić z niemi ryż. Jeżeli robimy potrawę z ptaka, otrzymujemy z niego ubocznie doskonały rosół, jeśli pieczemy, zwłaszcza gęś, otrzymujemy dodatkowo dużo dobrego szmalcu Jeżeli nasi domownicy lubią, możemy, kupując gęś, mieć z niej użytek na 3 — 4 dni. Dajmy na to, w sobotę robimy krupnik na podróbkach. W niedzielę mamy gęś pieczoną, w poniedziałek z częścią szmalcu przygotujemy kapustę, część zaś, nawet jeżeli gęś była z jabłkami, jeszcze przesmażyć z dodatkiem kilku jabłek, które nadają tłuszczowi miły smak i zapach i używamy go do smarowania chleba.

Kura, o której chcę dziś specjalnie mówić, jest w gospodarstwie nieoceniona. Łatwostrawną możemy dać nawet choremu, (z wyjątkiem chorych na nerki), wsparta zaś kaszą, ryżem, makaronem, które przesiąkają jej zapachem, może zaspokoić głód sporej gromadki.

Średnia kura wystarczy na 5 — 6 osób, o ile jest gotowana czy duszona, naturalnie musimy dać do niej ryż czy kartofle i t. p. oraz zrobić dużo sosu. Resztę rosołu zasypiemy kaszą czy makaronem i mamy wyborną zupę.

Na dom, złożony z 2 a nawet z 3 osób wystarczy pierś z kury.

Ponieważ zadaniem niniejszego artykułu jest pokazać młodym gospodyniom, jak można wyzyskać kupioną lub otrzymaną w darze kurę, przepowiem tu kilka kombinacyj obliczonych na mały dom, np. mąż i żona, mąż, żona, dziecko, mąż, żona i służąca.

Oczyszczoną kurę wstawiamy do garnka na rosół z włoszczyzną, nie dajemy tylko poru, seleru, cebuli, bo mają smak za wyraźny, natomiast dodamy koper zielony, w zimie zaś suszony lub marynowany, o ile go mamy.

Rosołu powinniśmy obliczyć na 4 talerze, z czego 2 — 3 idą do stołu na zupę, reszta pozostaje na sos. Osobno gotujemy na sypko ryżu ćwierć kilo, który podamy do kury, zupę zaś zasypiemy kaszka krakowską, lub żeby uniknąć spotkania się przy obiedzie dwóch kasz, bo i ryż jest do pewnego stopnia kaszą, zjemy rosół z kartoflami, makaronem lub francuskiemi kluskami. Na stół podamy tylko część kury, np. pierś, która o ile jest spora, przy obfitości ryżu i sosu wystarczy na 2 — 3 osoby, nogi zaś z udami i może także wątróbkę i żołądek, względnie tylko żołądek zostawimy na drugi dzień. Sos do kury zaprawiamy śmietaną i mąką z dodatkiem dla smaku kopru, kaparów, purée pomidorowego pozwoli nam zjeść z niedużą ilością mięsa dużo jarzyny. Nazajutrz pokrajemy mięso z nóg i żołądek w drobne kawałki, żołądek musi być ugotowany zupełnie na miękko. Osobno ugotować makaronu średniej grubości albo domowego tyle, aby go po ugotowaniu było 2 — 3 szklanki, układamy makaron na dnie ogniotrwałego, wysmarowanego masłem półmiska czy poprostu płaskiego rondelka, na makaron kładziemy mięso z kury, do którego można dodać w razie konieczności zwiększenia objętości trochę chudej szynki, ozoru, pieczni cielęcej i t. p. i zalewamy sosem, przygotowanym jak następuje. Szklankę mleka zagotować z łyżką masła i rozebrać tem szklankę mąki, rozmieszać na gładko, dobierając w razie potrzeby nieco wody, mleka czy rosołu, żeby nie było suche, dodać pół kwaterki lub kwaterkę śmietany, 10 deka utartego litewskiego, holenderskiego czy szwajcarskiego sera, wymieszać, zalać kurę. Sos winien mieć mniej więcej gęstość musztardy.

Albo zrobimy, jak następuje: od surowej jeszcze kury odejmiemy piersi, z reszty zrobimy jak wyżej potrawkę z ryżem albo kartoflami. Do gotowania włożymy również skórę i kość z piersi, zostawiając samo mięso. Nazajutrz przesiekamy mięso w maszynce, żeby nic z mięsa nie zostało w maszynce, przepuścimy również 2 bułeczki, obrane ze skóry, wymoczone i wyciśnięte. Dodamy do masy całe jajko, łyżeczkę masła, jeśli wyda nam się suche, łyżeczkę mleka lub wody i wyrobimy równiusieńko. Z tej masy sformujemy 4 kotlety, które usmażymy na zrumienionym tłuszczu. Możemy dowolnie podzielić kurę t. j. na kotlety dać nogi a pierś białą zjeść w potrawie. Możemy również kupić pół kury.

Byle dopilnować świeżości drobiu, kupowanie oczyszczonego nawet na części jest dla gospodyni bardzo dogodne.

Dla jednej chorej osoby na rosół wystarczy ćwierć kury, np. noga z udem.

Kto umie sobie dania zaprojektować, droższe mięso dopełnić jarzyną, wyzyskać każdą odrobinę, ten może sobie częściej pozwolić na jakąś w jadłospisie odmianę.

BEZSENNOŚĆ

wyniszcza organizm,

a powstaje często wskutek zaburzeń układu nerwowego.

Zioła Magistra Wolskiego „Pasiverosa" zawierają roślinę o własnościach uspokajających Passiflora (Kwiat Męki Pańskiej). Łagodzą one zaburzenia systemu nerwowego (nerwicę serca, bóle i zawroty głowy, uczucie niepokoju), sprowadzają krzepiący, naturalny sen i stosują się w cierpieniach czynnościowych układu nerwowego. Ze względu na swe łagodne działanie (pozbawione szkodliwych wpływów ubocznych) mogą być stosowane bez obawy przyzwyczajenia przez wszystkich bez różnicy wieku.

Zioła ze znak. ochr. „Pasiverosa" do nabycia w aptekach i drogerjach (składach aptecznych).

Wytwórnia Magister E. Wolski, Warszawa, Złota 14 m. 1.

JADŁOSPIS „PRAKTYCZNEJ PANI" NA 4 TYGODNIE

Niedziela.
Zupa pomidorowa czysta z grzankami lub pasztecikami. Schab z kapustą i kartoflami. Mus z jabłek.

Poniedziałek.
Krupnik. Pieczeń wołowa z makaronem i białą cykorją na sałatę. Kompot z surowych pomarańczy.

Wtorek.
Zupa cytrynowa z ryżem. Pierożki z kapustą i grzybami. Grzanki z marmeladą.

Środa.
Sałata z dorsza z kwaszoną kapustą zamiast zupy. Klops z buraczkami albo pyzy z masłem. Kompot ze śliwek.

Czwartek.
Grochówka z zielonego grochu na smaku Maggi. Kotlety cielęce siekane z marchewką. Ryż zapiekany.

Piątek.
Barszcz zabielany z fasolą. Ryba smażona z kartofelkami. Kisiel żurawinowy.

Sobota.
Kapuśniak na żeberkach. Kasza jaglana zapiekana w słoninie. Krążki z jabłek.

Niedziela.
Barszcz czerwony z parówkami albo uszkami z mięsem, jeśli był na mięsie gotowany. Ozór wołowy na szaro. Naleśniki z konfiturami.

Poniedziałek.
Rosół z kaszką krakowską krajaną. Sztukamięsa z sosem chrzanowym. Kisiel migdałowy.

Wtorek.
Grochówka na wędzonce. Kapusta duszona z wieprzowiną. Galareta cytrynowa.

Środa.
Makaron z serem i grzybami zapiekany. Kotlety wieprzowe siekane z kartoflami smażonemi. Marmelada z jabłek.

Czwartek.
Zupa szczawiowa z jajami. Wątróbka smażona z kartoflami. Mak tarty.

Piątek.
Grzybowa biała z kaszą perłową, kotlety z kartofli, sos cebulowy, szarlotka.

Sobota.
Kartoflanka czysta na kościach lub przecierana ze śmietaną. Galareta z nóżek z sosem musztardowym. Omlet z konfiturami.

Niedziela.
Czernina z kaczki albo rosół z kury. Potrawa z kaczki z kaszą perłową albo potrawa z kury z ryżem. Kisiel czekoladowy.

Poniedziałek.
Ogórkowa ze śmietaną, kotlety z piersi kury pozostałej od potrawki albo pieczeń cielęca. Strudel jabłkowy.

Wtorek.
Zacierka ze słoniną. Kotlety z móżdżku z gęstą kaszą krakowską. Galareta z jabłek.

Środa.
Fasola w kwaśnym sosie zamiast zupy. Makaron zapiekany z szynką. Krem kawowy.

Czwartek.
Zupa z brukselki. Ozór wieprzowy peklowany. Naleśniki z serem.

Piątek.
Grzybowa czysta z makaronem. Kartofle zapiekane z serem. Pierożki nadziewane powidłami.

Sobota.
Barszcz małorosyjski. Zrazy zawijane z kaszą. Budyń z sucharków z szodonem.

Niedziela.
Neapolitańska z makaronem. Mostek cielęcy faszerowany z kwaszoną kapustą. Kompot z surowej pomarańczy i surowych jabłek.

Poniedziałek.
Rosół z kartoflami i kapustą. Sztukamięsa z sosem cebulowym. Budyń czekoladowy.

Wtorek.
Krupniczek cytrynowy. Kapusta faszerowana. Galareta ponczowa.

Środa.
Owsiana z jabłkami albo żurek z kartoflami. Golonka gotowana, purée z grochu, chrzan tarty. Grzybek z sokiem.

Czwartek.
Zupa pomidorowa ze śmietaną. Racuszki z kartofli albo kotlety wołowe siekane z kartoflami. Jabłka zapiekane w cieście.

Piątek.
Kapuśniak grzybny. Kulebiaka z sosem pomidorowym. Kaszak krakowska puchowa.

Sobota.
Zupa piwna z serem albo lane kluski na wodzie lub mleku. Ryż zapiekany z podróbkami albo grzybami i serem lub też zrazy nelsońskie. Kompot mieszany.

TELEFON OD „PRAKTYCZNEJ PANI"

Hallo! Hallo!

W każdym domu powinny się znajdować stale przygotowane na wszelki wypadek bandaże, które zakładamy po nałożeniu opatrunku na skaleczenie, sparzenie i t. d.

Mogą one być z wszelkich materjałów cienkich i czystych nawet z tiulu i jedwabiu. Powinniśmy mieć w zapasie bandażyki szerokie na 3—4 centimetry i na metr lub dwa długie do palców i t. p., dalej szerokie na 10 cm, długie na 5 m i szerokie na 15 cm, długie na 10 m, mając te rozmiary i długości, jesteśmy zawsze w pogotowiu. Bandaż powinien się stale znajdować w apteczce zawinięty w szklisty papier i czyściutki, ponieważ nie kładziemy go wprawdzie na ranę, może się jednak zsunąć i zetknąć z raną.

Hallo! Hallo!

Bandaż składamy jak następuje: Z jednego końca przymarszczamy w ręku kawałek kilkanaście cm. długi, wokoło niego nawijamy ściśle cały pas materjału, uważając, aby jedna warstwa pokrywała dokładnie drugą. Koniec przypinamy agrafką. Używając bandaża trzymamy go tak, aby rulon nie znajdował się od spodu, ale na wierzchu, to znaczy nie od strony owijanego ciała, ale ku górze, w ten sposób łatwiej go nawijać wkoło członka.

Hallo! Hallo!

Bandaże użyte przy chorobie zaraźliwej trzeba palić, inne można uprać, ale przed praniem wygotować w bielidle, żeby cząstki ropne nie dostały się do rąk piorącego, które mogą mieć nieznaczne zadraśnięcia. Gotować conajmniej 15 minut.

Hallo! Hallo!

Zebraniu się wrzoda, obieraniu palca i t. p. można zapobiec robiąc na zbrzeknięte miejsce gorące, wilgotne okłady lub mocząc je w gorącym płynie. Używamy w tym celu albo poprostu dobrze gorącej wody, wody z octem, wody z szarem, czystem, aptecznem mydłem, wody z dodatkiem łyżki na szklankę wody utlenionej, albo łyżki na pół szklanki wody spirytusu czystego.



Kartofle zapiekane.
Ugotować półtora kilo kartofli, nie dając im się dogotować aż do rozlatywania, odlać, pokrajać w cienkie talarki. Ćwierć kilo cebuli cukrowej obrać, sparzyć i poddusić w maśle nie rumieniąc. Ułożyć na ogniotrwałym półmisku posmarowanym masłem lub w rondelku, w którym można potrawę wydać do stołu, rzędami kartofle i cebulę, zalać gęstym sosem i zapiec w piecu tak, aby kartofle doszły a wierzch się lekko zrumienił.

Łyżkę masła zagotować z łyżką wody lub mleka, wsypać 3—4 łyżki mąki rozcierając do gładkości, dodając potrochu gorącego mleka lub wody. Kiedy otrzymamy sos gęsty jak musztarda, a nawet gęściejszy, dodajemy kwaśnej śmietany pół albo całą kwaterkę, dosalamy, wsypujemy 3 łyżki tartego litewskiego sera i zalewamy kartofle. Na wierzch polać masłem rumianem, posypać trochą sera i wstawić w piec.

MUS Z JABŁEK.

Mus tem się różni od galaretki, że nie pozostawiamy przygotowanego płynu czy masy w spokoju, aby stanęła, ale ubijamy trzepaczką do bicia piany aż się zamieni w jednorodną, pienistą masę. Mus jest zatem lżejszy od galarety, ma większą objętość i jest delikatniejszy.

Upiec kilo jabłek antonówek lub w ostateczności innych kwaskowatych, a gdy będą miękkie, przetrzeć przez durszlak, dodając następnie cukru do smaku (około 25 deka) i dodajemy trzy białka. Ubijać mocno trzepaczką na zimnem miejscu, dopóki masa nie pobieleje i nie zamieni się w rodzaj piany. Cztery deka żelatyny namoczyć, wycisnąć i rozpuścić w gorącej wodzie, biorąc jej dwie szklanki. Żelatynę wlewamy po ostudzeniu po łyżce lekko w masę ubijając bezustannie, poczem wykładamy mus w salaterkę lub formę wytoknietą wodą i wystawiamy w chłód do zastygnięcia.

Uwaga.

Potraw, które potrzebują silnego wystudzenia, nie należy nigdy wystawiać na powietrze. Nabierają od tego, jak się to mówi, „zapachu wiatru". O ile zachodzi konieczna tego potrzeba, należy je ściśle przykryć, żeby się nie stykały bezpośrednio z powietrzem.

Łyżką zdrowia

szczególnie dla dzieci osłabionych po grypie, influency i t. p. chorobach zakaźnych, jest łyżka Emulsji Tranowej wyrobu firmy Scott & Bowne. Jest ona znakomitym środkiem wzmacniającym i odżywczym, zawiera obfitujący w witaminy A i D norweski tran leczniczy oraz sole wapniowo-fosforowe. Emulsja Tranowa Scotta wzmacnia kościec dzieci i dlatego zalecana jest w krzywicy. Wystrzegajcie się naśladownictw. Żądajcie prawdziwej





EMULSJI TRANOWEJ
Scott & BOWNE S. A.
WYROBU FIRMY
WARSZAWA
CENA FLAKONU Zł. 2.-



Najdoskonalsza jest maszyna do szycia
SINGER

GALARETKI JAKO DEKORACJA LUB WYKOŃCZENIE

Półmisek zimnego rostbeafu czy cielęciny, będzie tylko półmiskiem zimnego mięsa, ten sam jednak zalany galaretką i ozdobiony sałatą czy grzybkiem stanie się już daniem.

Rodzaje galaretek można mnożyć do nieskończoności. Będą one wyglądały nietylko odmiennie, ale smakowały rozmaicie i nieraz wybornie.

Przedewszystkiem powinny panie zwrócić uwagę na umiejętne stosowanie żelatyny, której nie należy nigdy kłaść w gorącą wodę, tylko namoczyć w zimnej, a gdy napuchnie, wycisnąć lekko i przełożyć w płyn gorący, mający służyć na galaretę, zagotować, mieszając, aby nie opadła na dno i nie przypaliła się a nawet poprostu mocno zagrzać, żelatyna moczona i tak się rozpuści. Na 4 listki żelatyny dajemy szklankę płynu, który z tej proporcji będzie sztywny i nietylko da się nim zalewać potrawy ale go krajać i siekać do ozdoby.

I.

Galaretę czystą jasną otrzymujemy, gotując szklankę wody z solą, cukrem, angielskiem zielem, w końcu dodajemy do smaku octu, kwasu cytrynowego lub soku z cytryny.

Przecedzić, zagrzać, w gorący włożyć rozmoczoną żelatynę. Tę samą galaretkę można zabarwić karmelem na kolor złotawy lub nawet brunatny.

II.

Kto lubi smak przetworów Maggi, otrzyma doskonałą galaretkę z kostki buljonu rozpuszczonej w szklance wody. Jeżeli zamiast kostki weźmiemy trochę ekstraktu, trzeba go doprawić solą.

III.

Chudy barszczyk postny, albo oczyszczony zupełnie z tłustości, daje smaczną i dekoracyjną galaretę.

IV.

Czysta zupa grzybowa ugotowana z samych grzybów z włoszczyzną, daje ciemną galaretkę dobrą do pieczonej cielęciny i t. p.

V.

Gęste purée pomidorowe rozebrane wodą, doprawione solą do smaku, daje galaretę nieprzezroczystą ale smaczną, zwłaszcza jeśli zamiast wody damy rosół zupełnie oczyszczony z tłustości.

— — — — — — —

Ładnie wygląda, jeśli przygotujemy galaretę jak następuje: — na dno płaskiego, emaljowanego, wypłókanego wodą rondelka nalewamy ciemną warstewkę galarety z grzybów lub ekstraktu i dajemy zastygnąć, dalej warstwę galarety przejrzystej białej jak nr. I, po niej pomidorową, następnie znów białą lub złotawą i naostatku z barszczu. Po zastygnięciu mamy coś w rodzaju tortu, który możemy krajać i ubierać nim półmiski. Wszystkie te galarety są prócz tego zupełnie smaczne, można je dodawać drobno krajane do sałaty jarzynowej, kartoflanej, śledziowej i t. p.

Egz. od 1925 r. WZOROWE
PIERWSZE KURSY KOSMETYCZNE
Dr. med. H. Biernackiej i Dyr. I. Kisielewskiej
Najwyższy poziom naukowy. Najnowsze zdobycze fachowe. Dyplom daje prawo praktyki i otwarcia własnego gabinetu. Internat. Warszawa, Szopena 16.

Zbolałe NOGI



Ulga po 3-ch minutach dzięki temu nowemu środkowi

Miljony ludzi w Polsce uciekają się obecnie do tego łatwego i szybko działającego środka, by położyć kres wszelkim dolegliwościom nóg. Zanurz najzwyczajniej dziś wieczór nogi w ciepłej tlenowej kąpieli Saltrat Rodell. Wrażliwość jest natychmiast usunięta w chwili, gdy ta tlenowa sól wnika do tkanek. W ciągu trzech minut wszelkie palenie i spuchlizna znikają całkowicie. Odciski są do tego stopnia zmiękczone, że można je odjąć w całości wraz z korzeniami bez bólu i niebezpieczeństwa. Można nosić obuwie o cały numer mniejsze i chodzić cały dzień tańczyć całą noc z jaknajwiększą swobodą. Saltrat Rodell jest w sprzedaży w aptekach, składach aptecznych i perfumerjach pod gwarancją. Koszt jest nieznaczny.

SALTRAT RODELL

DARMO. — Dzięki specjalnej organizacji, każdy czytelnik niniejszego pisma może obecnie otrzymać bezpłatnie paczkę Saltrat Rodell wraz z cenną ilustrowaną książką wybitnego specjalisty D-ra Cotrina opisującą sposób stosowania. Napiszcie dziś jeszcze. Adres: L. Kasierowski, oddział 33—4 Warszawa, Kaliska 9. Nie trzeba przysyłać pieniędzy.

Czytelniczki nasze prosimy, aby żądały pism kobiecych we wszystkich kawiarniach, cukierniach, restauracjach i t. d.

Najciekawsze audycje Polskiego Radja w Warszawie od dn. 12.I-18.I 36.

NIEDZIELA 12.I.

9.00 — Audycja poranna.
10.00 — Transmisja nabożeństwa z Łodzi.
11.00 — Koncert.
12.15 — Poranek muzyczny z Krakowa.
14.00 — „Wiejski znachor" — fragment z powieści.
14.20 — Muzyka salonowa.
15.00 — Godzina rolnika.
16.00 — „Na huculskim koniku" — opowiadanie dla dzieci.
16.15 — Koncert orkiestry Marynarki Wojennej.
16.45 — „Cała Polska śpiewa".
17.00 — Muzyka taneczna w wyk. Małej Orkiestry P. R.
17.40 — „Migawki regjonalne".
18.00 — Kwintet fortepianowy f-moll Francka.
18.30 — „Gody podhalańskie" — słuchowisko.
19.40 — Wiadomości sportowe.
19.45 — Co czytać.
20.00 — Marszałek Józef Piłsudski i rok 1863.
20.50 — Dziennik wieczorny.
21.00 — Wesoła Lwowska Fala.
21.30 — „Na naszem Podolu" — feljeton.
22.00 — Drugi koncert pianistów wyeliminowanych na Konkurs Chopinowski.
23.05 — Muzyka taneczna.

PONIEDZIAŁEK 13.I.

6.30 — Audycja poranna.
12.03 — Dziennik południowy.
12.15 — Muzyka lekka i salonowa.
13.25 — Chwilka gospodarstwa domowego.
15.30 — Muzyka lekka.
16.00 — Lekcja języka niemieckiego.
16.45 — „W biurze" i „Telefon usprawnia życie, zbliża i przyśpiesza" — skecze.
17.00 — Jak zorganizować dom — pogadanka.
17.15 — Minuta poezji.
17.20 — Arje i pieśni w wykonaniu Zespołu Dolnickiego.
17.50 — Pogadanka Brunona Winawera.
18.00 — Recital fortepianowy Artura Hermelina.
18.30 — Listy od dzieci.
18.55 — Skrzynka rolnicza.
19.35 — Wiadomości sportowe.
19.50 — Pogadanka aktualna.
20.00 — Audycja strzelecka.
20.30 — Muzyka lekka.
20.45 — Dziennik wieczorny.
20.55 — Obrazki z Polski współczesnej.
21.00 — Stare niemieckie pieśni ludowe w wykonaniu podwójnego Kwartetu Wokalnego rozgłośni wrocławskiej.
21.30 — Wielki liryk Rainer Maria Rilke — wieczór literacki.
22.00 — Koncert symfoniczny.
23.05 — Muzyka taneczna.

WTOREK 14.I.

6.30 — Audycja poranna.
12.03 — Dziennik południowy.
12.15 — Śpiewajmy piosenki — audycja dla szkół.
12.30 — Muzyka operowa.
13.25 — Chwilka gospodarstwa domowego.
15.30 — Muzyka popularna.
16.00 — Skrzynka P.K.O.
16.15 — Tańce hiszpańskie.
16.45 — Cała Polska śpiewa.
17.00 — Maszyna do pisania — pogadanka z cyklu „Wielkie i drobne wynalazki".
17.15 — Koncert w wykonaniu Orkiestry P. R.
17.50 — Skrzynka językowa.
18.00 — Recital fortepianowy.
18.30 — „Ton społeczny w naszej literaturze kobiecej" — szkic literacki.
19.35 — Wiadomości sportowe.
19.50 — Pogadanka aktualna.
20.00 — Monolog.
20.10 — Koncert symfoniczny. *W przerwie około godz. 20.50* — Dziennik wieczorny oraz „Obrazki z Polski Współczesnej".
22.30 — Dziedziczenie chorób — odczyt dla lekarzy.
22.45 — Polska w zimie — odczyt w języku francuskim.
23.05 — Muzyka taneczna.

ŚRODA 15.I.

6.30 — Audycja poranna.
12.03 — Dziennik południowy.
12.15 — Bibljoteka domowa — pogadanka.
12.30 — Koncert Orkiestry Kameralnej.
13.25 — Chwilka gospodarstwa domowego.
15.30 — Muzyka salonowa.
16.00 — Rozmowa Majsterklepki z Lepigliną.
16.20 — Pieśni murzyńskie.
16.45 — Rozmowa muzyka ze słuchaczem radja.
17.00 — „Powieść kryminalna" z cyklu „Dyskutujmy".
17.20 — Muzyka krajów północnych.
17.50 — Świat się śmieje.
18.00 — Recital organowy.
18.30 — Skrzynka ogólna.
18.35 — Poznajmy przepisy finansowo-rolne.
19.35 — Wiadomości sportowe.
19.50 — Reportaż aktualny.
20.00 — „Godzina Zagłębia Dąbrowskiego".
20.45 — Dziennik wieczorny.
20.52 — Obrazki z Polski Współczesnej.
20.57 — 20-ta Audycja z cyklu „Twórczość Fryderyka Chopina".
21.35 — „Poezje Czesława Miłosza i Władysława Sebyły".
21.50 — „Bezpłatna reklama" — pogadanka dla kupców.
22.00 — Nastrojowe piosenki.
22.30 — Muzyka taneczna.

CZWARTEK 16.I.

6.30 — Audycja poranna.
12.03 — Dziennik południowy.
12.15 — Poranek muzyczny dla młodzieży szkół powszechnych.
13.00 — Muzyka (płyty).
15.30 — „Sentyment i humor w piosenkach przed stu laty" — reportaż muz.
16.00 — „Gadaninka Starego Doktora" — aud. dla dzieci.
16.15 — Płyty dla znawców.
16.45 — Cała Polska śpiewa.
17.00 — „Co to jest samokształcenie" — odczyt.
17.15 — Muzyka salonowa.
17.50 — „Książka i wiedza".
18.00 — Recital fortepianowy Imre Stefaniai'ego.
18.30 — Film, plastyka, architektura.
18.45 — Kącik dla młodzieży wiejskiej.
19.35 — Wiadomości sportowe.
19.50 — Pogadanka aktualna.
20.00 — „Tu sprzedaje się maski" — lekka audycja ze Lwowa.
20.45 — Dziennik wieczorny.
20.55 — Obrazki z Polski Współczesnej
21.00 — „Hallo! tu Brygada" — słuchowisko oryginalne Ernesta Johannsena.
21.40 — Nasze pieśni w wykonaniu Eugenjusza Maya.
22.00 — Koncert symfoniczny w wykonaniu Orkiestry P. R.
23.05 — Muzyka taneczna.

PIĄTEK 17.I.

12.03 — Dziennik południowy.
12.15 — „Samolotem nad Afryką" — audycja dla szkół.
12.40 — Zespół Aleksandra Doriana.
13.25 — Chwilka gospodarstwa domowego.
15.30 — Muzyka.
16.00 — Pogadanka dla chorych.
16.15 — Koncert orkiestry pod dyrekcją Tadeusza Seredyńskiego.
16.45 — „Przyroda w styczniu" — pogadanka dla dzieci starszych.
17.00 — „Podróż wgłąb Polski podziemnej" — reportaż.
17.20 — Kwintet na instrumenty dęte.
18.00 — Recital śpiewaczy Manety Radwanówny.
18.30 — Pogadanka aktualna.
18.55 — Skrzynka rolnicza.
19.35 — Wiadomości sportowe.
19.45 — Komunikat śniegowy z Krakowa.
19.50 — Biuro Studjów rozmawia ze słuchaczami P. R.
20.00 — „Od chatki do chatki" — suita chłopska Tadeusza Sygietyńskiego.
20.45 — Dziennik wieczorny.
21.00 — Koncert Europejski z Lipska.
22.00 — Kwartety Józefa Haydna.
22.30 — Muzyka taneczna z dancingu Café Club.

SOBOTA 18.I.

12.15 — Muzyka lekka i salonowa w wyk. Małej Orkiestry P. R.
13.00 — Koncert południowy.
13.25 — Chwilka gospodarstwa domowego.
14.30 — Orkiestra Klubu Mandolinistów „Sempre vivo".
15.00 — „Rozwód" — nowele Zuzanny Rabskiej.
15.30 — Orkiestra Straży Więziennej.
16.00 — Lekcja języka francuskiego.
16.15 — Pieśni w wykonaniu Zofji Zeyland-Kapuścińskiej.
16.30 — Skrzynka techniczna.
16.45 — Cała Polska śpiewa.
17.00 — „As pik i cztery damy" — reportaż z cyklu „Sekrety stolicy".
17.45 — „Sum" — pogadanka z cyklu „Świat naszych zwierząt".
17.50 — „Pabjanice" — pogadanka z cyklu „Nasze miasta i miasteczka".
18.00 — O Helence co poszła na tarki — słuchowisko dla dzieci.
18.30 — Przegląd wydawnictw.
18.55 — Przegląd prasy rolniczej.
19.35 — Wiadomości sportowe.
19.50 — Pogadanka aktualna.
20.00 — Zaręczyny pod latarnią — operetka.
20.45 — Dziennik wieczorny.
20.55 — Obrazki z Polski Współczesnej.
21.00 — Kółka samokształceniowe młodzieży — audycja dla Polaków z zagranicy.
21.30 — Wesoła Syrena.
22.00 — Koncert symfoniczny.
23.05 — Muzyka taneczna w wyk. Małej Orkiestry P. R.

WIELKA OKAZJA DLA NASZYCH PRENUMERATOREK!!!

Zdajemy sobie sprawę z coraz trudniejszych warunków, w których współczesna matka, gospodyni, pani domu musi prowadzić gospodarstwo domowe i dlatego organizujemy

na przeciąg stycznia 1936 r.
sprzedaż za bezcen

tych naszych wydawnictw — książek i broszur — które zawierają cenne informacje, wskazówki i rady, niezbędne dla racjonalnego i oszczędnego prowadzenia domu.

Częściowy wykaz tych wydawnictw zamieściliśmy w numerze poprzednim, dalszy ciąg podajemy na odwrotnej stronie. Obejmują one zagadnienia z zakresu życia praktycznego i modnych robót kobiecych w opracowaniu najwybitniejszych autorów i autorek i winny stać się nieodłącznymi towarzyszami każdej pani domu, winny stanowić składową część jej bibljoteki domowej.

Wymienione w tym spisie wydawnictwa sprzedawane były dotychczas i po dniu 31 stycznia będą sprzedawane nadal po cenie katalogowej — znacznie wyższej. Urządzana więc obecnie sprzedaż stanowi prawdziwą okazję, z której będą mogły skorzystać jedynie

tylko Panie Prenumeratorki.

Zamówienia na wysyłkę prosimy kierować bezpośrednio do nas: Towarzystwo Wydawnicze „Bluszcz", Warszawa, Solec 87.

Równocześnie z zamówieniem należy wysłać należność bądź przekazem rozrachunkowym, bądź też na konto P. K. O. Nr. 13.555, dołączając na koszty przesyłki: za 1 egz. — 15 gr., za 2 — 4 egz. — 25 gr., za większą ilość — 40 gr.

Pozatem zawiadamiamy, że na ogólne żądanie naszych Szanownych Czytelniczek

przedłużamy do dn. 25 stycznia 1936 r.

okres przyjmowania zniżonej całorocznej prenumeraty — zamiast zł. 12 tylko 10 zł. 50 gr. — przy której w formie premji dodawać będziemy darmo, za zwrotem jedynie kosztów przesyłki w kwocie 50 gr.,

„KALENDARZ PRAKTYCZNEJ PANI NA LATA 1936—1937"

obszerną książkę, około 300 str. druku, prawdziwy almanach współczesnej pani domu. „Kalendarz" rozsyłany będzie po dniu 15 stycznia 1936 r.

Brzegami obciąć

1	PRZEKAZ ROZRACHUNKOWY 2	DOWÓD NADESŁANIA PRZEKAZU ROZRACHUNKOWEGO 3
Na zł. .... gr.	Na zł. .... gr.	Na zł. .... gr. ....
Imię, nazwisko i adres wpłacającego	złote słowami: .... gr.	
	Odbiorca: „PRAKTYCZNA PANI" TYGODNIK Poczta: WARSZAWA 1, ul. SOLEC 87	Odbiorca: „PRAKTYCZNA PANI" TYGODNIK WARSZAWA 1, ul. SOLEC 87
Nr. rozrachunku 636	Nr. rozrachunku 636	Nr. rozrachunku 636
Dzień wpłaty	Nr. wpłaty .... Dzień wpłaty (podpis przyjmującego) Stempel okręgu	Nr. wpłaty .... (podpis przyjmującego)

OTO NASZE OKAZJE:

Rośliny pokojowe, opr. H. Trojanowska (1.—) 0.30
Pędzenie roślin w pokoju opr. H. Trojanowska (1.—) 0.30
Ozdabianie werand, balkonów i okien (1.—) 0.30
Hodowla kaktusów, oprac. M. Saryusz-Stokowska (1.—) 0.30
Kalendarzyk roślin pokojowych, czyli przypomnienie co każdego miesiąca przy kwiatach pokojowych czynić należy, opr. M. Saryusz-Stokowska (0.90) . . . 0.25
Jak należy podlewać rośliny pokojowe (0.90) 0.25
Zwalczanie szkodników i chorób roślin pokojowych, opr. M. Saryusz-Stokowska (0.90) . . . 0.25
Mój ogródek. Drzewa i krzewy ozdobne (1.—) 0.25
Mój ogródek. Kwiaty. (1.—) . . 0.25
Mój ogródek. Trawniki, pelargonje, róże, inspekty, warzywa (1.—) . 0.25
Owoce w moim ogródku (1.—) . 0.25
Zbiór i przechowywanie owoców i warzyw, opr. Z. Wróblewska. (1.—) 0.25
Zioła lekarskie, opr. E. Daliński (1.—) 0.25
Sałaty. Hodowla i przyrządzanie, opr. Z. Wróblewska (1.—) . . 0.30
Pomidory. Ich zastosowanie i hodowla (1.—) 0.30
Nasiennictwo praktyczne i dochodowe, opr. E. Daliński. (1.—) . . 0.25
Hodowla i tuczenie ptactwa domowego (1.—) 0.30
Mleczarstwo i hodowla w małem gospodarstwie, opr. J. Radziejowski (1.—) 0.30
Wyrób serów, opr. J. Pomian. (1.—) 0.30
Pies i kot. Wychów i żywienie. (1.—) 0.30
Książka kucharska dla oszczędnych (1.—) 0.30
Obiady na maszynce, opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Zupy i sosy, opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Sałaty. Przepisy przyrządzania sałat, opr. Z. Wróblewska (1.—) . 0.30
Sałaty i sałatki, opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Co można zrobić z mleka? opr. W. Dobrzańska (1.—) 0.30
Potrawy z kasz i mąki, opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Potrawy z kartofli, opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Potrawy z jarzyn. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30

Co można zrobić z owoców (1.—) 0.30
Co trzeba wiedzieć o grzybach. Opr. J. Pomian (1.—) 0.30
Potrawy i konserwy z grzybów. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Potrawy z wieprzowiny, 150 przepisów w opr. L. Gerlachowej (1.—) 0.30
Potrawy z cielęciny. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Potrawy z wołowiny. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Potrawy z baraniny. Opr. Pani Elżbieta (0.50) 0.15
Potrawy wigilijne. zebr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Domowe wędliny. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Drób, sposoby przyrządzania. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Zwierzyna. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Paszteciarnia domowa. Wykwintne uzupełnienie menu (1.—) . . 0.30
Potrawy z ryb. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Przystawki gorące. Zebr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Zimne przekąski. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Zimne leguminy. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Zimne napoje (1.—) 0.30
Nalewki i likiery. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Napoje gorące (1.—) 0.30
Pieczywo domowe. Opr. Pani Elżbieta (1.—) 0.30
Torty domowe. (1.—) 0.30
Mazurki (1.—) 0.30
Świtalska J. dr.—Kobieta nowoczesna we wszystkich okresach jej życia (4.—) 1.10
Świtalska J. dr. — Mój system piękności i zdrowia (8.—) . . . 2.10
Świtalska J. dr.—Piękność i zdrowie w życiu kobiety (3.—) 0.80
Jak zdobyć i zachować piękność i zdrowie, opr. L. Gerlachowa. (1.—) 0.30
Pielęgnowanie twarzy, opr. dr. J. Mozołowska (1.—) 0.30
O pielęgnowaniu rąk, opr. dr. M. Biernacka (1.—) 0.30
O pielęgnowaniu nóg, opr. dr. J. Mozołowska (1.—) 0.30
Jak pielęgnować włosy, opr. dr. J. Świtalska (1.—) 0.30
Pielęgnowanie chorych w domu, opr. J. Suffczyńska (1.—) 0.30

Benisławska M. — Z mojej praktyki wychowawczej (1.—) 0.30
Czeska-Mączyńska M. — Pamiętniki młodej matki (1.—) 0.30
Gnus R.—Radość śpiewu (1.—) . 0.30
Jętkiewiczowa Z. — O wpływie rodziców na przyrodzone wartości dzieci (1.—) 0.30
Kalendarz Dziecka i Matki na lata 1935 i 1936 . . . . . . 0.80
Kopczyński St. dr. — Jak ustrzec dzieci i młodzież od nerwowości (—.70) 0.20
Maryńska A.—W przedszkolu. Szkice psychologiczne (1.—) . . . 0.30
Moszczeńska I.—Samodzielność i odpowiedzialność dziecka (1.—) . 0.30
Moszczeńska I. — Wychowanie praktyczne (1.20) 0.30
Rabska Z.—O dzieciach nie dla dzieci (1.50) 0.40
Ravizza A. — Mali złodziejaszkowie (1.—) 0.30
Stefanowski M.—Samorząd uczniowski w praktyce (1.—) . . . 0.30
Szejnach W. dr. — List do mamusi w sprawie szkarlatyny (—.30) . 0.10
Szretterowa N.—Gra ruchowa jako czynnik wychowawczy (1.—) . 0.30
Szuman S. dr. — Rozwój rysunku u dziecka i jego kształcenie (1.—) 0.30
Drucka L.—Ich było siedmioro. pow. dla dzieci (3.50) 0.90
Korczakowska J.—Ofiara Ani . . 0.65
Korczakowska J. — Start, pow. dla dziewcząt (2.—) 0.55
Grossek-Korycka M.—Świat kobiecy 1.30
Januszewska H. Exodus. Poezje (1.50) 0.40
Korczakowska J. — Krzyk dziecka. Obrazki z życia. Str. 227 (2.—) . 0.55
Korczakowska J. — Za białą ścianą. Powieść (1.20) 0.35
Wyleżyńska. Z duszą Twoją . . 1.10
Kiewnarska, Skazy na szczęściu . 1.—
Kruszewska F.—Sen. Utwór sceniczny (2.—) 0.55
Kruszewska F.—Siano. Poezje (1.50) 0.40
Pasani G. — Jak kochano przed stu laty. Przekł. Z. Rabskiej, z winietami i ilustracjami S. Bobińskiego (8.—) 2.10
Wyczółkowska-Surynowa J. — Warszawianki, z ilustr. Z. Jachimowiczówny. Str. 280 (3.—) . . . 0.80
Kiewnarska. Najdziwniejszy z romansów p. Sand 1.60

1
Tytuł czasopisma: ....
Okres prenumeraty: ....
Adres odbiorcy czasopisma: ....

2
UWAGA. Wszelką korespondencję, zamieszczoną na 1-szym odcinku, poza wskazówkami według treści nadruku podlega opłacie przez naklejenie znaczka pocztowego w wysokości opłaty taryfowej.
sprawdził ....
wpisał ....
Nr. listy rozrachunkowej ....

3
(podpis sprawdzającego)
Dzień nadesłania
Nr. listy rozrachunk. ....



615 P. P. Suknia wełniana gładka, ciemna, mankiet i wyłogi—żabot z jaśniejszego aksamitu. 616 P. P. Suknia z bluzką, cienka, gładka wełna, przybranie z plisowanej tafty tego koloru co suknia.

LEN WILEŃSKI



Pod tem hasłem otwarto w Warszawie pokaz i stałą sprzedaż wyrobów przemysłu ludowego. Okazy zostały zebrane przez bazary przemysłu ludowego w Wilnie, Nowogródku, Białymstoku, Brześciu n/B. i Łucku. Lwią część zajmują wyroby lniane.

Czem jest ręczny przemysł lniarski wiemy już nie od dziś. Ogromne znaczenie jego ekonomiczne i społeczne wykazała propaganda, rozpoczęta półtora roku temu. Sprowadzaniu drogiej bawełny i wyrabianiu z niej towarów przeciwstawiono len i tkaniny z niego, nietylko o wiele trwalsze ale własne.

Płótna lniane znalazły szerokie zastosowanie w umundurowaniu i wyekwipowaniu wojska, w przemyśle i lotnictwie. A rozległa skala zastosowania umożliwia zaopatrzenie każdego domu w wyroby ze lnu trwałe i bardzo piękne.

Len uprawiany jest masowo w wyżej wymienionych okolicach. Nici przędą kobiety na wsiach, szczególnie w długie zimowe wieczory, często przy nędznem światełku. One też tkają płótna gładkie, grube, cienkie i deseniowe. Nikt nie podaje im wzorów, które są oparte wyłącznie na ich własnej fantazji, tradycji i doświadczeniu.

Dawniej barwiły nici same. Obecnie wzamian za bezbarwne dostają farbowane trwałemi farbami t. zw. indantrenami. Gwarantują one trwałość barwy i zabezpieczają od słońca i wody. Ma to oczywiście duże znaczenie ze względu na wartość płótna.

Skupowanie tkanin odbywa się w specjalnych miejscach sprzedaży (na targach). W niektórych okolicach raz gdzieindziej nawet cztery razy na miesiąc. W razie pilnych robót w polu — targ zostaje odwołany. Agenci bazarów wyruszają w określonych dniach w uciężliwą podróż, docierają często w zakątki, daleko położone od kolei i tam skupują tkaniny. Cena zależy nietylko od zapotrzebowania. Ale nadewszystko od jakości płótna, co ustala się po obejrzeniu przez szkło powiększające. Obliczyć wtedy można ilość nitek na 1 cm. kwadratowym, określić jego gatunek i ustalić cenę.

Szerokość płótna odrazu przesądza o jego użytkowem zastosowaniu np. pewna szerokość wymagana jest na prześcieradła dla wojska. Brak tej szerokości kwalifikuje odrazu to samo płótno na onuce.

Płótno ludowe mają nietylko jednak zastosowanie w bieliźnie pościelowej. Śliczne są męskie koszule nocne i dzienne, szyte najmodniejszym fasonem i trwałe! Dalej cała olbrzymia skala bielizny ręcznikowej i stołowej, przyczem zauważyć można bardzo wykwintnie i ślicznie łączenie dwóch kolorów i gatunków płócien. To samo łączenie płótna gładkiego z deseniowem można będzie stosować na rozległą skalę w naszych toaletach letnich, przy szyciu płaszczy, sukien, bluzek i kostjumów.

Ale len wkracza również bardzo zwycięsko w dziedzinę dekoracyjną. Wzorzyste zasłony i narzuty. Tkaniny na pokrycie mebli gładkie i deseniowe. Poduszki (już od 2½ zł.) i serwety. Wreszcie firanki z lnianych nici, wiązane w wileńskiem i nowogródzkiem.

Obok tkanych przepysznie poleskich ręczników, poduszek i makat, przypominających lite tkaniny jedwabne (peretyki polskie), leżą przecudne serwetki różnych rozmiarów, haftowane barwioną nicią na lnie. Kolor czarny, spłowiały czerwony i pewien jasny bronz dają niezwykle piękne efekty.

Nie można poprostu wytrzymać, żeby tego nie nabyć, chociażby to było niedorzeczne i robiło lukę w budżecie! Poleskie tkaniny i hafty zajmują bezapelacyjnie najpierwsze miejsce wśród tych regjonalnych wyrobów ludowych.

Ale nie koniec na tem. Są jeszcze piękne wełniane samodziały z czystej, wełnianej nici. Niektóre grube i tkane w ciekawe wzory w spokojnych tonach szarych, beige i bronz. Inne gładkie, cienkie, lekkie i bardzo ciepłe. Wyrabiane są też rękawice i skarpetki w kolorze naturalnym wełny.

Wspomnieć jeszcze trzeba o cienkich i przejrzystych „czworonitach", tkaninach lnianych, nadających się na zasłony, kapy i firanki. A wreszcie o matach plecionych ze słomy lub trzciny i wiązanych lnianemi nićmi.

Od zainteresowania się naszego i zrozumienia znaczenia tego przemysłu dla kraju, zależy jego dalszy rozwój.

Mar. Dobr.

TANIE FORMY BIBUŁKOWE. Administracja „Praktycznej Pani" wysyła na zamówienie, po otrzymaniu należytości i na koszty przesyłki kwoty 30 gr., formy bibułkowe wszystkich modeli, umieszczonych w tygodniku. Ceny wykroi są następujące: bluzka kamizelka, bielizna, spódnica, garderoba dziecięca — po 1 zł.; suknia, pyjama, szlafrok, kostjum, płaszcz — po 1 zł. 50 gr. Celem zaoszczędzenia kosztów przesyłki pieniędzy i zamówienia, radzimy **pieniądze przesłać pocztowym przekazem rozrachunkowym** (w kolorze niebieskim, do nabycia w każdym Urzędzie Pocztowym w cenie 1 gr.). **Na odwrocie przekazu umieścić zamówienie** z podaniem numeru modelu z literą, np. 306 p. p., 308 p. p. i t. d., oraz jednej z następujących wielkości, dostosowanej do własnej figury:

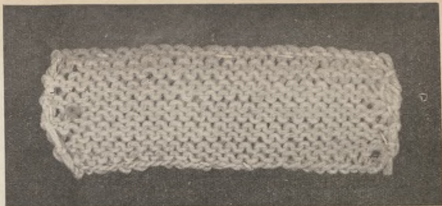
I.	GORS (połowa) 44 cm.	BIODRA 50 cm.	DŁUGOŚĆ 118 cm.
II.	„ „ 48 „	„ 52 „	„ 122 „
III.	„ „ 50 „	„ 60 „	„ 122 „

Przekazy rozrachunkowe adresować: Administracja „Praktycznej Pani", Warszawa, Solec 87.

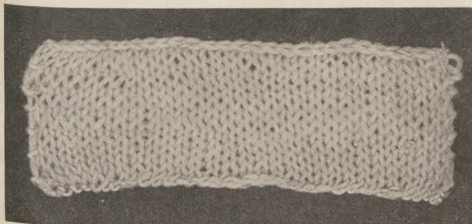
Druga lekcja robót na drutach

Poznałyśmy już ściegi podstawowe, sposób nabierania i zakończania oczek, opiszę teraz sposób wykonania próbki ściegiem gładkim i trykotowym.

Nabieramy 30 oczek na druty. Przerabiamy pierwszy rząd na prawo. Drugi rząd, po lewej stronie roboty — na lewo. Wszystkie rzędy nieparzyste przerabiać będziemy tak jak rząd pierwszy. Wszystkie parzyste — tak jak drugi. Na podstawie ściegu „jerretiere" i gładkiego ściegu trykotowego możemy utworzyć całą gamę ściegów pochodnych fantazyjnych.



Ścieg trykotowy po prawej stronie.



Ścieg trykotowy po lewej stronie roboty.

Opiszę dwa z nich, bardzo łatwe, a jednocześnie bardzo efektowne.

Ścieg w paseczki.

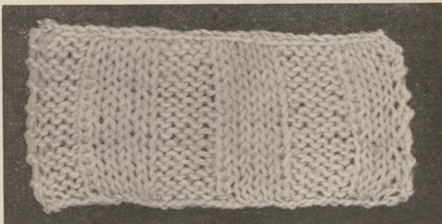
Nabieramy 30 oczek.

I rząd. 5 oczek prawych, 5 lewych, 5 lewych... powtarzać aż do wyczerpania.

II rząd. Oczka prawe nad prawemi lewe nad lewemi.

Jeżeli chcemy, aby paseczki były szersze, wyliczamy sobie większą ilość oczek na jeden paseczek; odwrotnie jeśli paseczki mają być wąskie, ilość oczek na jeden pasek musi być mniejsza.

Ścieg w paseczki jest jednakowy po obydwóch stronach roboty. Nadaje się na sportowe damskie i męskie swetry oraz na ubranka dla dzieci.



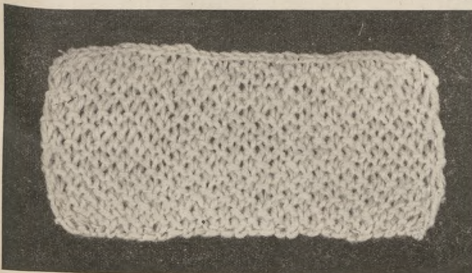
Ścieg w paseczki

Próbka ściegu ryżowego.

I rząd. — Jedno oczko prawe, jedno lewe... na zmianę, aż do wyczerpania.

II rząd. — Prawe oczka robimy nad lewemi, lewe nad prawemi.

Ścieg ryżowy powstał na podstawie krzyżowania oczek prawych i lewych, jest bardzo ładny, nadaje się specjalnie na dziecięce pulowerki, sukieneczki, bluzeczki. Prawa i lewa strona są jednakowe.



Ścieg ryżowy.

SUKNIE WIECZOROWE









613 P. P. Suknia wieczorowa, aksamit śliwkowego koloru, przybrana futerkiem. 614 P. P. Suknia z lśniącego jedwabiu koloru wiśniowego lub czarna, przybrana płaskiemi kwiatami, z aksamitu, czarnemi do wiśniowej, białemi do czarnej sukni.

Redaktorka ANTONINA DEMBIŃSKA. Wydawca: Towarzystwo Wydawnicze „Bluszcz", Warszawa. Druk i Klisze w Zakł. Graficznych Towarzystwa Wydawniczego „Bluszcz", Warszawa, Solec 87.

mereżka
i haft angielski

materjał biały zęby i obrębek aplikacja koloru seledynowego
haft na aplikacji i węzełki . seledynowe ciemniejsze

Toledo
dzierganie
i haft angielski

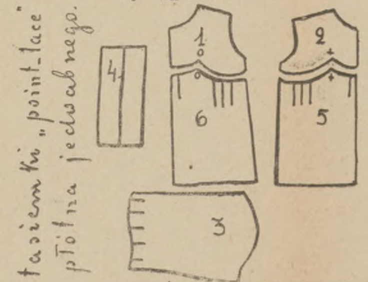
A B C D E F G H I J K L Ł M N O P R S T U W Z





Sukieneczka na 6 miesięcy do roku.

2-5. przód sukieneczki.
1-6. tył. "
3. rękaw.
4. mankiet.



Koronka z kremowej tasiemki „point-lace" do konuli. i różowego płótna jedwabnego.



Kaftanik na 6 mies. do roku

7. przód kaftanika.
8. tył. "
9. rękaw.
10. kołnierzyk.



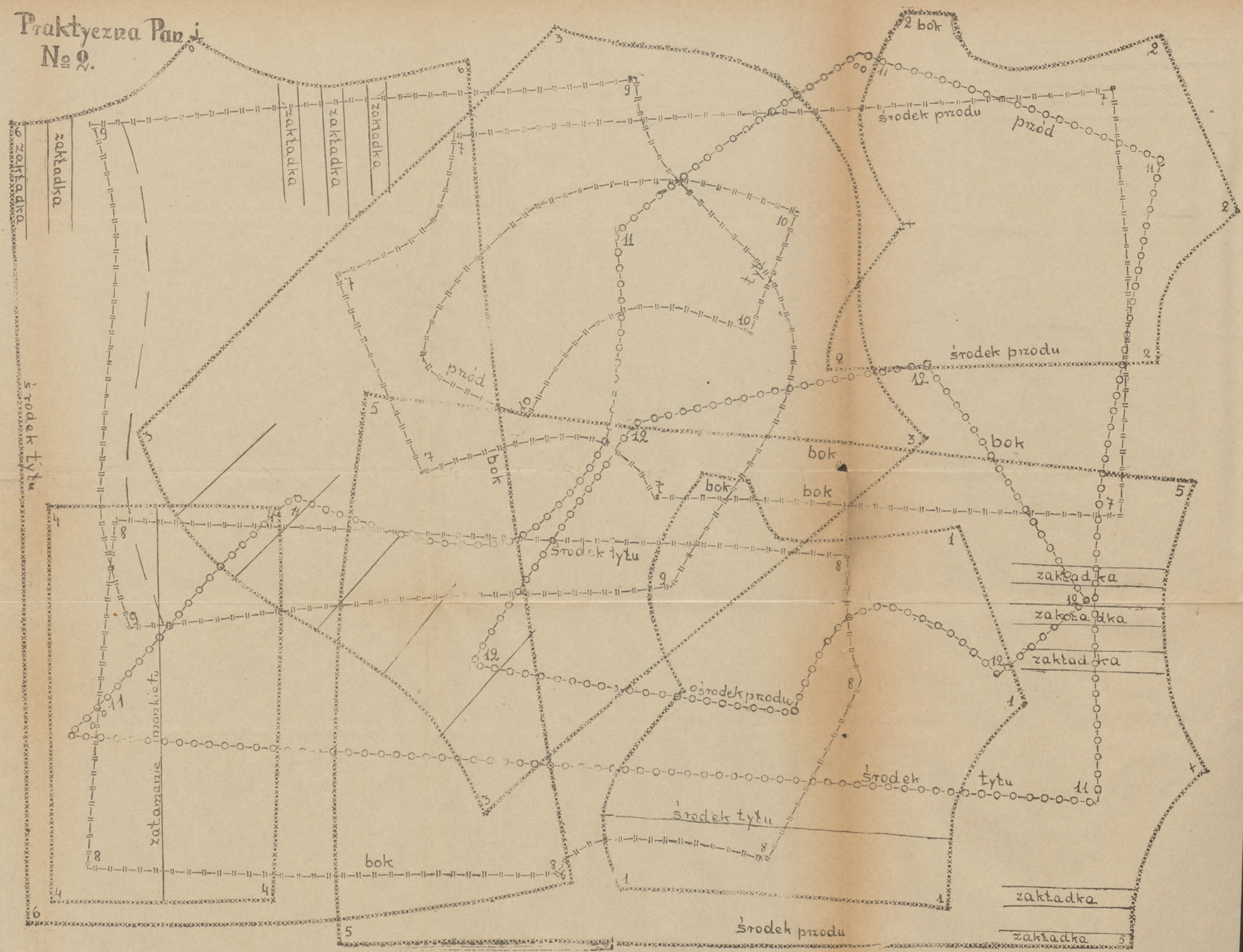
na kremowym tle haft w dwóch cieniach-różowych



Majteczki-śliniaczek
6 mies. —o—o—o—o—o— do roku.

11. majteczki
12. śliniaczek





Praktyczna Pani
№ 2.
zakładka
zakładka
zakładka
zakładka
zakładka
środek tyłu
przód
bok
bok
bok
bok
bok
bok
środek przodu
przód
środek przodu
środek tyłu
środek przodu
zakładka
zakładka
zakładka
środek tyłu
środek tyłu
załamanie mankietu
bok
zakładka
zakładka
środek przodu